PAKSOCIETY1

PAKSOCIETY

HUM FILMS
BACHAANA
RUNNING SUCCESSFULLY
MOHIB MIRZA SANAM SAEED ADEEL HASHMI
A NASIR KHAN FILM
HUM
HUM SITARAY
HUM
HUM NETWORK

Custard Ice cream cone

Jaisey dil chahey

Ingredients

National Custard Powder
(Strawberry flavor) - 3 tbsp
Sugar - 5 tbsp
Cream - 2 tbsp
Waffle Cone
Fruits

Method

- Prepare National Strawberry Custard following the instructions on the pack.
- When done, add cream to this and whip in the mixer for a minute. Pour this mixture in a freezer safe box and freeze it for an hour.
- After that take out and whip it again for a minute. Repeat this step 2 times. (This is to avoid the formation of ice and to get a creamy texture).
- After doing the whipping process for 3 times, freeze the ice cream mixture for 5-6 hours. Your National Strawberry Custard Ice cream is done.
- Proceed with placing a layer of sponge cake or cheese cake at the bottom of the waffle cone and then add the custard ice cream in the cone.
- Top it with fruits and serve.

MASALA
TV FOOD MAG

HUM
مصالحہ
Volume 8 - Issue 80 March 2016

Content

PAKSOCIETY1

PAKSOCIETY

ادارىہ

قارئین محترم

السلام وعلیکم!

8 مارچ' خواتین کے عالمی دن کے موقع پر جب بھی پاکستانی خواتین اور اُن کی صلاحیتوں پر بات کرنے کا موقع آتا ہے تو ذہن کے پردے پر اس موضوع کے حوالے سے لکھنے کیلئے بے شمار حروف اور لاتعداد باتیں ابھر آتی ہیں' پھر احساس ہوتا ہے اپنی خواتین کو چند لفظوں ''ذہین' باصلاحیت' باوقار' ہنرمند اور باحوصلہ'' میں ہی سمیٹا جا سکتا ہے۔

یہ دُرست ہے کہ پاکستان میں خواتین کو آگے بڑھنے کے مواقع میسر نہیں آتے لیکن جہاں جہاں ہماری خواتین کو آگے آنے کا موقع دیا گیا' وہاں وہاں انہوں نے خود کو ہر طرح سے اہل ثابت کیا ہے۔ ایسی خواتین کے ناموں سے تاریخ پاکستان بھری ہوئی ہے جنہوں نے تحریک پاکستان سے لے کر آج تک مردوں کے نہ صرف شانہ بشانہ بلکہ اُن سے آگے بڑھ کر بے نظیر کارہائے نمایاں سرانجام دیئے۔ مادرِ ملت فاطمہ جناح' بیگم مولانا محمد علی جوہر' بیگم سلمٰی تصدق حسین' بیگم جہاں آرا شاہنواز' بیگم رعنا لیاقت علی خان' بیگم جی اے خان' بیگم نذیر طلہ محمد' بیگم اعزاز رسول' آغا طاہرہ بیگم' بیگم حمید النساء' بیگم شیریں وہاب' بیگم شفیع احمد' بیگم اقبال حسین ملک' بیگم پروفیسر سردار حیدر جعفر' بیگم گیتی آرا' بیگم ہمدم کمال الدین' بیگم فرخ حسین' بیگم زری سرفراز' بیگم شائستہ اکرام اللہ' فاطمہ بیگم' بیگم وقار النسا نون' لیڈی ہارون' خاور سلطانہ' بیگم زاہد قریشی' اُمتہ الحمید رضا اللہ' اُمتہ العزیز' نور الصباح' بیگم صاحبزادی محمودہ' بیگم شمیم جالندھری سمیت متعدد عظیم خواتین کے نام ذہنوں پر نقش ہیں۔ یہ سلسلہ یہاں تھما نہیں ہے بلکہ بے نظیر بھٹو' ڈاکٹر فہمیدہ مرزا' حنا ربانی کھر' فریال تالپور' فرح ناز اصفہانی' بشریٰ رحمٰن' نسرین قصوری' خوش بخت شجاعت' روشانے ظفر' آمنہ تاثیر' بلقیس ایدھی' فرحت ہاشمی' سیما عزیز' نگہت ہاشمی' مشرف حیٔ' مسز مسرت اکرام' شفقت سلطانہ' امینہ سید' بانو قدسیہ' رضیہ بٹ' پروین شاکر' نسیم زہرہ' میجر جنرل شاہدہ ملک' بیرسٹر شاہدہ جمیل' ڈاکٹر شاہدہ وزارت علی' پروفیسر انیتا غلام علی' ڈاکٹر نفیسہ صادق' فائٹر پائلٹ شازیہ احمد اور حنا طاہر' پاکستان کرکٹ بورڈ خواتین کی چیئر پرسن بشریٰ اعتزاز' پاکستانی نژاد ایم آئی ٹی پروفیسر نرگس ماوَلہ' فاطمہ ثریا بجیا' زہرہ نگاہ' بنو کاظمی' زبیدہ طارق' مہتاب اکبر راشدی اور ڈاکٹر سلطانہ صدیقی کس کس کا نام لیں' ہر شخصیت اپنی جگہ ایک گوہرِ نایاب ہے جو ایک جانب وزارت عظمٰی سے لے کر ٹی وی چینل کی صدارت تک کے عہدے پر فائز ہے تو دوسری جانب ملبوسات کی تیاری سے باورچی خانے تک میں براجمان ہونے کے باوجود ساری دنیا کی نگاہوں کا ہدف نظر آتی ہے۔ یہ ہماری وہ خواتین ہیں جن پر صرف پاکستان نہیں بلکہ دنیا بھر میں موجود پاکستانیوں کو فخر ہے۔

8 مارچ ایسی کامیاب خواتین کی جانب دیکھنے کا دن ہے۔ مسائل و مصائب میں مبتلا خواتین انہیں دیکھیں' کیونکہ انہوں نے بھی اپنا مقام اور نام بنانے کیلئے کئی مسائل اور مراحل طے کئے' مصائب سے گھبرا کر پیچھے ہٹ جانے کے بجائے حوصلہ مجتمع کر کے آگے بڑھیں اور مشکلات کو صبر سے شکست دی۔ خود کو مظلوم سمجھنا چھوڑیں' اپنی صلاحیتوں کو پہچانیں' خود کو معاشی طور پر مضبوط بنائیں اور ثابت کر دیں کہ نسلوں کی امین عورت کی حیثیت مسلمہ ہے۔ وہ چاہے تو کسی ملک کی حکمرانی کرے اور چاہے تو جہاز لے کر عرش تک جائے' ضرورت ہے تو اس کی صلاحیتوں کو سراہنے اور حوصلہ افزائی کی جس کیلئے اس کا باپ' بھائی' شوہر یا بیٹا کوئی بھی اپنا کردار ادا کر کے اپنے خاندان کو ایک قابل فخر عورت کا تحفہ دے سکتا ہے۔

ادارہ

چیف ایڈیٹر: سلطانہ صدیقی' جوائنٹ ایڈیٹر: شازیہ انوار

اسٹنٹ ایڈیٹر: معاذ احمد' ایڈیٹوریل اسسٹنٹ: نصر خان' سینئر ویژولائزر: سید نبیل احمد' ڈیزائنر: یوسف رضوی' فوٹوگرافی: احسن قریشی' حارث عثمانی

ایڈورٹائزنگ منیجر: منور حسین بھٹی munawar.h@masalatv.tv' فون: 0333 2168390' ڈسٹری بیوٹر: رہبر نیوز ایجنسی: 0333 2168390' پرنٹر: یونی پرنٹ

ہم نیٹ ورک لمیٹڈ: بلڈنگ نمبر 10/11' حسن علی اسٹریٹ' متصل آئی آئی چندریگر روڈ' کراچی: 74000' یواے این نمبر: 111-486-111

مزید معلومات کیلئے رابطہ کریں: shazia.anwar@hum.tv' آن لائن خریداری کیلئے رابطہ کریں: http://www.masala.tv/masalamag/

EDITORIAL

"کین وڈ مصالحہ فیملی فیسٹول" کا انتہائی کامیاب انعقاد

فیسٹول میں لاکھوں شائقین کا ہجوم اور کاروباری حضرات کی دلچسپی اس کی کامیابی کی شاہد ہے

شازیہ انوار

دنیا کا کوئی ترقی یافتہ یا ترقی پذیر ملک ایسا نہیں جہاں مقامی صنعت وتجارت کو فروغ دینے کی غرض سے نمائشوں کا اہتمام نہ کیا جاتا ہو۔ پاکستان میں بھی کراچی اور لاہور کے ایکسپو سینٹرز میں بھی شاید ہی کوئی مہینہ نمائشوں یا تقریبات سے خالی جاتا ہوگا' لیکن جو اہمیت اور مقام مصالحہ فیملی فیسٹول کو حاصل ہے وہ کسی اور کو کہاں' اس کا ثبوت فیسٹول میں کاروباری حضرات کی دلچسپی اور شائقین کا وہ ہجوم ہے' جس کی تعداد ہزاروں نہیں بلکہ لاکھوں میں ہے۔ یہ فیسٹول کی کامیابی ہی تو ہے جو اسے دھیرے' دھیرے کراچی اور لاہور میں ثقافتی میلے کی حیثیت حاصل ہوتی جا رہی ہے۔

کراچی میں اس سال گزشتہ سال کے مقابلے میں زیادہ شاندار انداز میں ''کین وڈ مصالحہ فیملی فیسٹول'' کا انعقاد عمل میں آیا۔ فیسٹول کے آغاز کیلئے صبح 11 بجے کے وقت کا اعلان کیا گیا تھا لیکن ایکسپو سینٹر کے باہر ٹکٹ خریدنے والوں کی قطاریں صبح 9 بجے ہی لگنی شروع ہو گئیں۔ انتہائی سازگار موسم میں منعقدہ اس فیسٹول کے شرکاء کیلئے ''ہم مصالحہ'' کے اسٹال پر سرگرمیاں عروج پر تھیں جبکہ اس سے منسلک پبلیکیشنز کے اسٹال پر ہم نیٹ ورک کی مطبوعات کی فروخت جاری تھی۔ ان دونوں اسٹالوں پر صبح ہی سے لوگوں کا ہجوم تھا جن کی تفریح طبع کیلئے ایک جانب جادوگر اپنی جادوگری دکھا رہے تھے تو دوسری جانب مختلف معروف و غیر معروف گلوکار' پاکستانی ایتابھ بچن (پرویز بچن) انڈین گانوں پر ڈانس کر کے حاضرین کی داد وصول کر رہے تھے۔

کین وڈ کی جانب سے فیسٹول کے تمام شرکاء کو لکی ڈراء کے ذریعے قیمتی انعامات جیتنے کا موقع دیا گیا۔ مصالحہ کے اسٹال سے ہر ایک گھنٹے کے بعد جیتنے والوں کے ناموں کا اعلان کیا

جارہا تھا' انعام کے حقداروں کیلئے دوسرا انعام اپنے پسندیدہ شیفس کے ساتھ تصویر کھنچوانے کا موقع دیا جانا تھا۔ اس اسٹال پر مصالحہ کے ہردلعزیز شیفس طاہر چوہدری' زبیدہ طارق' ردا آفتاب' زارنگ سدھوا اور گلزار جب کہ مشہور میزبان عبیل خان اور کرن خان کو ایک جھلک دیکھنے والوں کی بڑی تعداد موجود تھی۔ مصالحہ کے شیفس اور میزبان بعدازاں پبلیکیشنز کے اسٹال پر لوگوں کے ساتھ سیلفی بنواتے' آٹوگراف دیتے اور مصافحہ کرتے نظر آئے۔ نیٹ ورک کی جانب سے شائع کئے جانے والے رسائل وجرائد کی فیسٹول کی عوام تک باآسانی رسائی کی غرض سے لگائے جانے والے اس اسٹال پر شرکاء کا بے پناہ رش تھا' جو صبح سے ہی اپنے پسندیدہ رسالوں اور شیفس کی کک بکس کے حصول اور اُن پر اپنے ہردلعزیز شیفس کے دستخط لینے کے متمنی تھے۔

فیسٹول میں آنے والوں کیلئے کین وڈ' کنور' شکر گنج' مہران' نورس انٹرنیشنل' یوفون' میزبان اور نمکو سمیت کھانے پینے' گھریلو سجاوٹی اشیاء' باورچی خانے کے آلات' حسن وآرائش اور صحت کے حوالے سے بے شمار اسٹال لگائے گئے تھے' جہاں رعایتی داموں پر فروخت کی جانے والی اشیاء نوجوان' بوڑھے اور بچوں کی توجہ کا مرکز نظر آئیں۔

ہال سے باہر نکلیں ایک جانب فوڈ کورٹ لگایا گیا جہاں ایک جانب لوگ مشہور ومعروف برانڈز کے کھانوں سے لطف اندوز ہوتے دکھائی دیئے تو دوسری جانب بچوں کیلئے سجایا گیا خصوصی ایریا بچوں کی توجہ کا مرکز بنا رہا جہاں فلوٹنگ بوٹس' جمپنگ کیسل' میری گوراؤنڈ' ٹرین اور پالتو جانوروں کی نمائش کے علاوہ نوجوانوں اور بچوں کیلئے دیگر جھولے بھی موجود تھے۔ اس موقع پر گاڑیوں کے شائقین کیلئے نایاب گاڑیوں کی نمائش بھی کی گئی۔

اس فیسٹول کا ایک خاص حصہ مصالحے کے شفیس کا موقع پر کھانے پکانے کا مظاہرہ ہوا کرتا ہے' اس سال بھی اس موقع پر ان گنت لوگ موجود تھے۔ زبیدہ طارق' شیریں انور' ردا آفتاب' زارنگ سدھوا' گلزار حسین اور طاہر چوہدری نے فیسٹول کے شرکاء کے سامنے اپنے فن کا مظاہرہ کیا اور ان کے کھٹے میٹھے سوالوں کے جوابات بھی دیے۔

فیسٹول کے پہلے دن ہم نیٹ ورک کی آنے والی فلم ''بچانا'' کے نمایاں اداکاروں صنم سعید' محب مرزا اور عدیل ہاشمی کے علاوہ فلم کے ہدایت کار اور اداکاروں نے فیسٹول میں اچانک پہنچ کر حاضرین کو خوش کر دیا۔ جب کہ اس دن پر معروف گلوکارہ قندیل بلوچ نے بھی اپنے فن گلوکاری کا مظاہرہ کیا۔

فیسٹول کے آخری دن یعنی 14 فروری کو ہم نیٹ ورک کے نئے ڈرامے ''پاکیزہ'' کے نمایاں کردار آمنہ شیخ' مریم طاہر' اقراء چوہدری' سہیل ہاشمی' فصیح سردار اور بشریٰ انصاری بشمول ڈرامے کی ڈائریکٹر مصباح خالد فیسٹول کے شرکاء سے ملاقات کیلئے موجود تھے۔ تقریب کے اس حصے کی میزبانی کے فرائض نازیہ ملک انجام دے رہی تھیں۔

2 دن جاری رہنے والی سرگرمیوں کے شرکاء کئی مقامات پر اس خواہش کا اظہار کرتے نظر آئے کہ ''ہم نیٹ ورک'' سال میں ایک نہیں دو مرتبہ اس فیسٹول کو منعقد کرے تا کہ عوام کو انتہائی بہترین فیملی تفریح کا موقع میسر آ سکے۔ ■

PAKSOCIETY1

PAKSOCIETY

اسٹرابیریز

اسٹرابیریز بلند فشار خون کو قابو رکھنے میں کام آتی ہیں اور بصارت کیلئے مفید ہے۔
یہ کولیسٹرول گھٹاتی ہیں اور خون صاف کرنے میں مدد فراہم کرتی ہیں۔
دل کی بیماریوں اور سرطان سے بچاؤ میں مدد فراہم کرتی ہیں۔
چہرے پُر رونق اور نکھار لاتی ہیں، دانتوں کو صاف اور سفید بناتی ہیں۔
اسٹرابیریز ذیابیطس کے مریضوں کیلئے عمدہ غذا ہیں اور حافظے بہتر بناتی ہیں۔

FOOD FACTS

گاجر

روزانہ گاجر کھانے سے سرطان، ذیابیطس اور فالج سے بچاؤ ممکن ہے۔
گاجر کا استعمال نظروں کیلئے مفید ہے اور عمر گھٹانے میں مدد فراہم کرتا ہے۔
گاجریں کھانے سے چہرے پر نکھار آتا ہے اور جلد خوبصورت ہو جاتی ہے۔
گاجریں ہر طرح کے وبائی مراض اور دل کی بیماریوں سے روکتی ہیں۔
گاجروں کا استعمال جگر دانتوں اور مسوڑھوں کیلئے بہترین ہے۔

چکن ہانڈی

اجزاء:

مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)	½ کلو
ٹماٹر (پسے ہوئے)	2 عدد
پیاز (تلی ہوئی)	ایک کھانے کا چمچہ
ہری مرچیں (لمبی کٹی ہوئی)	4 عدد
ادرک (باریک کٹی ہوئی)	ایک کھانے کا چمچہ
پسی ہوئی لال مرچ' پسا ہوا لہسن	ایک' ایک چائے کا چمچہ
دہی (پھینٹی ہوئی)	2 کھانے کے چمچے
ثابت دھنیا' ثابت سفید زیرہ	ایک' ایک کھانے کا چمچہ
پسی ہوئی ہلدی	¼ چائے کا چمچہ
قصوری میتھی' پسا ہوا گرم مصالحہ	½' ½ چائے کا چمچہ
تازہ کریم	4 کھانے کے چمچے
نمک	حسب ذائقہ
تیل	½ پیالی
ٹماٹر' کھیرے' پیاز' ہری مرچیں	سجانے کیلئے

ترکیب:

دیگچی میں تیل گرم کرکے لہسن سنہری کریں۔ اس میں ٹماٹر اور پیاز ڈال کر 5 منٹ تک بھونیں' اس میں لال مرچ' ہلدی اور نمک ملا کر تیل الگ ہونے تک پکائیں' پھر مرغی ملا کر پانی خشک کرلیں۔ اس میں دہی' دھنیا' زیرہ' ادرک اور ہری مرچیں ڈال کر چند منٹ تک بھونیں' پھر قصوری میتھی' گرم مصالحہ اور کریم ملا کر ڈش میں نکال لیں۔ مزیدار ہانڈی ٹماٹر' کھیرے' پیاز اور ہری مرچوں سے سجا کر پیش کریں۔

Chicken Handi

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	½ kg
Tomatoes (paste)	2
Onion (fried)	1 tbsp
Green chillies (cut lengthwise)	4
Ginger (finely cut)	1 tbsp
Red chilli powder, Garlic paste	1 tsp each
Yogurt (whipped)	2 tbsp
Coriander seeds, Cumin seeds	1 tbsp each
Turmeric powder	¼ tsp
Dried fenugreek seeds, Hot spices powder	½ tsp each
Fresh cream	4 tbsp
Salt	to taste
Oil	½ cup
Tomato, Cucumber, Onion, Green chillies	for garnishing

Method:

- Heat oil in a pot; fry garlic golden.
- Add tomatoes and onion; fry for 5 minutes.
- Add red chillies, turmeric and salt; fry till oil separates.
- Add chicken; cook till dry.
- Add yogurt, coriander, cumin, ginger and green chillies; fry for a few minutes.
- Add fenugreek seeds, hot spices and cream; dish out.
- Garnish with tomato, cucumber, onion and green chillies; serve.

GORGEOUS
Today & Tomorrow

مصالحے دار مٹن

اجزاء:

بکرے کا گوشت	½ کلو	ثابت کالی مرچیں	ایک چائے کا چمچہ
پیاز (تلی ہوئی)	3 عدد	لہسن (بغیر چھلے ہوئے)	6 جوے
دہی (پھینٹی ہوئی)	ایک پیالی	کُٹی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچہ
پسی ہوئی ادرک	ایک کھانے کا چمچہ	لیموں کا رس	2 کھانے کے چمچے
پسی ہوئی ہلدی	ایک چائے کا چمچہ	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	½ گڈی
سوکھی گول لال مرچیں	6 عدد	گرم پانی	ایک پیالی
ثابت ہری مرچیں	6 عدد	نمک	حسب ذائقہ
		تیل	ایک پیالی

ترکیب:

لال مرچیں، ہری مرچیں، ثابت کالی مرچیں اور لہسن ملا کر کوٹ لیں۔ دیگچی میں گوشت، تیل، ہلدی، کالی مرچ، ادرک اور نمک ڈال کر گوشت کا پانی خشک ہونے تک بھونیں۔ اس میں پیاز اور ایک پیالی گرم پانی شامل کر کے گوشت گلنے تک پکائیں۔ پانی خشک ہونے لگے تو دہی اور لال مرچ والا مصالحہ ڈال کر تیل علیحدہ ہونے تک بھونیں، پھر لیموں کا رس اور ہرا دھنیا ملا کر دم پر رکھ دیں۔

Masala Mutton

Ingredients:

Mutton	½ kg
Onions (fried)	3
Yogurt (whipped)	1 cup
Ginger paste	1 tbsp
Turmeric paste	1 tsp
Dried, round red chillies	6
Green chillies (whole)	6
Black peppercorns	1 tsp
Garlic (with skin on)	6 cloves
Black pepper (crushed)	1 tsp
Lemon juice	2 tbsp
Warm water	1 cup
Salt	to taste
Fresh coriander (chopped)	½ bunch
Oil	1 cup

Method:

- Crush red chillies, green chillies, peppercorns and garlic together.
- Cook mutton with oil, turmeric, pepper, ginger and salt in a pot till dry.
- Add onions and 1 cup warm water; cook till mutton is tender.
- Add yogurt and crushed masala when dry; cook till oil separates.
- Add lemon juice and coriander; keep on dum.

سنگاپورین چلی چکن

اجزاء:

لہسن (باریک کٹے ہوئے)	4 جوے
کارن فلور، سویا ساس	3، 3 کھانے کے چمچے
سفید سرکہ	2 کھانے کے چمچے
ہری مرچیں (لمبائی میں باریک کٹی ہوئی)	12 عدد
چینی	ایک چائے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ
تیل	6 کھانے کے چمچے
تل کا تیل	ایک چائے کا چمچہ

یخنی کے اجزاء:

مرغی کے سینے	4 عدد
لہسن (بغیر چھلے ہوئے)	4 جوے
ثابت کالی مرچیں	4 عدد
پانی	3 پیالی

ترکیب:

دیگچی میں یخنی کے اجزاء 30 منٹ تک پکا کر چولہا بند کردیں۔ سینوں کو نکال کر لمبی پٹیاں کاٹیں اور یخنی چھان کر محفوظ کرلیں۔ مرغی کی پٹیوں پر سویا ساس، سرکہ، چینی، کارن فلور اور نمک ملا کر 10 منٹ کیلئے رکھ دیں۔ کڑاہی میں 4 کھانے کے چمچے تیل گرم کرکے لہسن سنہری کریں، پھر مرغی اور یخنی ڈال کر یخنی خشک ہونے تک پکائیں۔ فرائنگ پین میں باقی تیل گرم کریں، ہری مرچیں ہلکی سی تلیں اور مرغی میں شامل کردیں، پھر تل کا تیل ملا کر ڈش میں نکال لیں۔

Singaporean Chilli Chicken

Ingredients:

Garlic (finely cut)	4 cloves
Cornflour, Soya sauce	3 tbsp each
White vinegar	2 tbsp
Green chillies (finely cut lengthwise)	12
Sugar	1 tsp
Salt	to taste
Oil	6 tbsp
Sesame oil	1 tsp

Stock Ingredients:

Chicken breasts	4
Garlic (with skin)	4 cloves
Black peppercorns	4
Water	3 cups

Method:

- Cook stock ingredients in a pot for 30 minutes; remove from flame.
- Remove chicken breasts from stock; cut into long strips.
- Strain stock; store and set aside.
- Marinate chicken with soya sauce, vinegar, sugar, cornflour and salt for 10 minutes.
- Heat 4 tbsp oil in a wok; fry garlic golden; add chicken and stock; cook till stock dries up.
- Heat remaining oil in a frying pan; lightly fry green chillies; add to chicken.
- Drizzle sesame oil on top; serve.

بیسن کی روٹی اور چٹنی

اجزاء:

بیسن (چھنا ہوا)	ایک کلو
آٹا (چھنا ہوا)	2 پیالی
پودینہ (چوپ کیا ہوا)	ایک گڈی
پسی ہوئی لال مرچ	½ کھانے کا چمچہ
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	ایک گڈی
کُٹا ہوا سفید زیرہ	½ چائے کا چمچہ
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)	4 عدد
نمک	حسب ذائقہ
مکھن	½ پیالی

چٹنی کے اجزاء:

پودینہ	ایک بڑی گڈی
املی کا گودا	ایک پیالی
سوکھی گول لال مرچیں	6 عدد
ہری مرچیں، لہسن کے جوے	6، 6 عدد
گڑ	ایک کھانے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ

ترکیب:

بیسن میں تمام اجزاء ملائیں اور نسبتاً سخت آٹا گوندھ کر تھوڑی دیر کیلئے رکھ دیں۔ اس آٹے کے پیڑے بنا کر روٹیاں بیل لیں۔ روٹیوں کو توے پر دونوں جانب سے سینک کر اُتاریں اور اُن پر مکھن لگاتے جائیں۔ چٹنی بنانے کیلئے بلینڈر میں پودینہ، ہری مرچیں، لال مرچیں اور لہسن یکجان کر کے پیالے میں نکالیں۔ اس میں املی کا گودا، گڑ اور نمک ملا کر ساس پین میں ڈالیں۔ اسے چند منٹ پکا کر پیالے میں نکالیں اور گرما گرم روٹی کے ہمراہ پیش کریں۔

Besan Ki Roti and Chutney

Ingredients:

Gram flour (sieved)	1 kg
Whole-wheat flour (sieved)	2 cups
Mint (chopped)	1 bunch
Red chilli powder	½ tbsp
Fresh coriander (chopped)	1 bunch
Cumin seeds (crushed)	½ tsp
Green chillies (chopped)	4
Salt	to taste
Butter	½ cup

Chuttney Ingredients:

Mint	1 large bunch
Tamarind pulp	1 cup
Dried, round red chillies	6
Green chillies, Garlic cloves	6 each
Jaggery	1 tbsp
Salt	to taste

Method:

- Mix all ingredients with gram flour; knead into a firm dough; set aside for a little while.
- Shape dough into balls; roll out into discs.
- Toast discs on an iron griddle from both sides; remove and apply butter on them.
- To make chutney, blend mint, green chillies, red chillies and garlic in a blender; remove in a bowl.
- Add tamarind pulp, jaggery and salt; pour in a saucepan.
- Cook for a few minutes; remove in a dish; serve with hot Besan Ki Roti.

اخروٹ کا حلوہ

اجزاء:

اخروٹ (چوپ کیے ہوئے)	ایک پیالی
کھویا	ایک پیالی
چینی	ایک پیالی
سوکھا ہوا دودھ	2 پیالی
تازہ دودھ	ایک لیٹر
چھوٹی الائچیاں	8 عدد
گھی	3 کھانے کے چمچے

ترکیب:

دیگچی میں دودھ اور الائچیوں کو دودھ گاڑھا ہونے تک پکائیں۔ کڑاہی میں گھی گرم کریں، پھر چمچہ چلاتے ہوئے اخروٹ، سوکھا ہوا دودھ، چینی اور کھوئے کو 10 منٹ تک پکائیں۔ اس میں دودھ ملائیں اور مسلسل چمچہ چلاتے ہوئے حلوہ کنارے چھوڑنے تک پکا کر ڈش میں نکال لیں۔

Walnut Halwa

Ingredients:

Walnuts (chopped)	1 cup
Whole dried milk	1 cup
Sugar	1 cup
Milk powder	2 cups
Milk (fresh)	1 litre
Green cardamoms	8
Clarified butter	3 tbsp

Method:

- Cook milk and cardamoms in a pot till milk thickens.
- Heat clarified butter in a wok; add walnuts, milk powder, sugar and whole dried milk; cook for 10 minutes while stirring continuously.
- Add milk while stirring continuously; cook till halwa separates from the sides of the wok; dish out.

اسٹر فرائیڈ چکن ود اووسٹر ساس

اجزاء:

مرغی کی پٹیاں	300 گرام
لہسن (باریک کٹے ہوئے)	4 جوے
شملہ مرچ (باریک کٹی ہوئی)	2 عدد
گاجر (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
ہری پیاز (باریک کٹی ہوئی)	3 عدد
ٹماٹر (بغیر بیج کے باریک کٹے ہوئے)	2 عدد
بندگوبھی (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
ہری مرچیں (بغیر بیج کی باریک کٹی ہوئی)	5 عدد
کٹی ہوئی کالی مرچ	½ چائے کا چمچہ
مرغی کی یخنی	ایک پیالی
سویا ساس	2 کھانے کے چمچے
اووسٹر ساس	4 کھانے کے چمچے
کارن فلور (پانی میں گھلا ہوا)	ایک کھانے کا چمچہ
چائنیز نمک	½ چائے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ
تیل	3 کھانے کے چمچے

ترکیب:

کڑاہی میں تیل گرم کر کے لہسن اور مرغی رنگ تبدیل ہونے تک پکائیں۔ اس میں ٹماٹر، شملہ مرچ، ہری مرچیں، ہری پیاز، گاجر، اووسٹر ساس، سویا ساس، کالی مرچ، یخنی، چائنیز نمک اور نمک ملا کر چند منٹ پکائیں، پھر بند گوبھی اور کارن فلور ڈالیں اور چند منٹ پکا کر ڈش میں نکال لیں۔

Stir-fried Chicken with Oyster Sauce

Ingredients:

Chicken strips	300 grams
Garlic (finely cut)	4 cloves
Capsicums (finely cut)	2
Carrot (finely cut)	1
Spring onions (finely cut)	3
Tomatoes (de-seeded, finely cut)	2
Cabbage (finely cut)	1
Green chillies (de-seeded, finely cut)	5
Black pepper (crushed)	½ tsp
Chicken stock	1 cup
Soya sauce	2 tbsp
Oyster sauce	4 tbsp
Cornflour (made into paste with water)	1 tbsp
Chinese salt	½ tsp
Salt	to taste
Oil	3 tbsp

Method:

- Heat oil in a wok; cook garlic and chicken till colour changes.
- Add tomatoes, capsicums, green chillies, spring onions, carrot, oyster sauce, soya sauce, pepper, stock, Chinese salt and salt; cook for a few minutes.
- Add cabbage and cornflour; cook for a few more minutes; dish out.

کوکو

اجزاء:

پالک (اُبال کر چوپ کرلیں)	ایک پیالی
ٹماٹر (چوپ کیے ہوئے)	2 عدد
لہسن (چوپ کیے ہوئے)	3 جوے
پیاز (چوپ کی ہوئی)	ایک عدد
کُٹی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچہ
کُٹا ہوا سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچہ
پسی ہوئی ہلدی	½ چائے کا چمچہ
کُٹا ہوا دھنیا	½ چائے کا چمچہ
انڈے (پھینٹے ہوئے)	4 عدد
نمک	حسب ذائقہ
تیل	½ پیالی
موزریلا پنیر (کدوکش)	ایک عدد
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	سجانے کیلئے

ترکیب:

فرائنگ میں تیل گرم کریں' اس میں لہسن اور پیاز بھون کر ایک پیالے میں نکالیں' اس پیالے میں علاوہ پنیر باقی اجزاء ملالیں۔ اسی فرائنگ پین میں دوبارہ تیل گرم کریں اور اس آمیزے کو آملیٹ کی طرح پہلے ایک جانب سے تلیں' اسے پلٹیں' پھر پنیر ڈال کر دوسری جانب سے بھی چند منٹ پکائیں اور پلیٹ میں نکالیں۔ مزیدار کوکو ہرے دھنیے سے سجا کر پیش کریں۔

Kuku

Ingredients:

Spinach (boiled and chopped)	1 cup
Tomatoes (chopped)	2
Garlic (chopped)	3 cloves
Onion (chopped)	1
Black pepper (crushed)	1 tsp
Cumin seeds (crushed)	1 tsp
Turmeric powder	½ tsp
Coriander seeds	½ tsp
Eggs (beaten)	4
Salt	to taste
Mozzarella cheese (grated)	1 cup
Oil	½ cup
Fresh coriander (chopped)	for garnishing

Method:

- Heat oil in a frying pan; fry garlic and onion; remove in a bowl.
- Add all remaining ingredients, except cheese, in the bowl to make a batter.
- Heat oil again in the same frying pan; fry batter like an omelette from one side; flip and add cheese on the other side; cook for a few minutes; remove in a plate.
- Garnish with coriander; serve.

جھینگا بریانی

اجزاء:

جھینگے (درمیانے)	1/2 کلو
سیلا چاول (بھیگے ہوئے)	1/2 کلو
پسا ہوا لہسن	ایک کھانے کا چمچہ
ثابت سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچہ
لونگیں، چھوٹی الائچیاں	8، 8 عدد
پودینہ (باریک کٹا ہوا)	ایک گڈی
نمک	حسب ذائقہ
گھی	1/2 پیالی
تیل	تلنے کیلئے

مصالحے کے اجزاء:

پیاز (باریک کٹی ہوئی)	2 عدد
لہسن (چوپ کیا ہوا)	ایک کھانے کا چمچہ
پسی ہوئی ہلدی	1/2 چائے کا چمچہ
کٹا ہوا دھنیا	ایک کھانے کا چمچہ
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک کھانے کا چمچہ
پسی ہوئی لال مرچ	2 کھانے کے چمچے
ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)	5 عدد
ثابت ہری مرچیں	4 عدد
چائنیز نمک	1/4 چائے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ
گھی	1/2 پیالی

ترکیب:

دیگچی میں گھی گرم کر کے لونگیں، الائچیاں اور زیرہ بھونیں، پھر چاول اور 2 پیالی پانی ملا کر ایک کنی اُبالیں اور چھان لیں۔ جھینگوں میں لہسن اور نمک ملائیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور جھینگے سنہری تل کر نکالیں۔ علیحدہ دیگچی میں گھی گرم کر کے لہسن اور پیاز تلیں، پھر مصالحے کے باقی اجزاء ٹماٹر گھل جانے تک پکائیں۔ ایک چوڑے منہ کی دیگچی میں پہلے 1/2 مصالحہ، 1/2 چاول، باقی مصالحہ، جھینگے، پودینے اور باقی چاول کی تہہ لگا کر دم پر رکھ دیں۔

Prawn Biryani

Ingredients:

Prawns (medium-sized)	½ kg
Sela rice (soaked)	½ kg
Garlic paste	1 tbsp
Cumin seeds	1 tsp
Cloves, Green cardamoms	8 each
Mint (finely cut)	1 bunch
Salt	to taste
Clarified butter	½ cup
Oil	for frying

Masala Ingredients:

Onions (finely cut)	2
Garlic (chopped)	1 tbsp
Turmeric powder	½ tsp
Coriander seeds (crushed)	1 tbsp
Hot spices powder	1 tbsp
Red chilli powder	2 tbsp
Tomatoes (chopped)	5
Green chillies (whole)	4
Chinese salt	¼ tsp
Salt	to taste
Clarified butter	½ cup

Method:

- Heat clarified butter in a pot; fry cloves, cardamoms and cumin.
- Add rice and 2 cups water; parboil; strain.
- Marinate prawns with garlic and salt.
- Heat oil in a wok; fry prawns golden; remove.
- Heat clarified butter in a separate wok; fry garlic and onion; cook with remaining masala ingredients till tomatoes are well-mixed.
- In a wide-necked pot, layer ½ masala at the bottom; add ½ rice on top of it and finally add remaining masala, rice and prawns on top; keep on dum.

فرائیڈ سیسمی فش فلے

اجزاء:

مچھلی کے فلے (کٹے ہوئے) ایک کلو

پسا ہوا لہسن ادرک	2 کھانے کے چمچے
سویا ساس	3 کھانے کے چمچے
لیموں کا رس	3 کھانے کے چمچے
کٹی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچہ
کارن فلور	ایک کھانے کا چمچہ
سفید تل	3 کھانے کے چمچے
انڈے (پھینٹے ہوئے)	3 عدد
ڈبل روٹی کا چورہ	ایک پیالی
چائنیز نمک	¼ چائے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ
تیل	تلنے کیلئے

سلاد پتے، لیموں، پیاز (لچھے) سجانے کیلئے

ترکیب:

ایک پیالے میں علاوہ ڈبل روٹی کا چورہ اور انڈے تمام اجزاء ملالیں۔ مچھلی کے ٹکڑوں کو پہلے انڈے، پھر ڈبل روٹی کے چورے میں لپیٹیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور انہیں سنہری تل کر جاذب کاغذ پر نکال لیں۔ ڈش کو سلاد پتوں، ٹماٹر اور پیاز سے سجائیں اس پر مچھلی رکھ کر پیش کریں۔

Fried Sesame Fish Fillet

Ingredients:

Fish fillet (cut into pieces)	1 kg
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Soya sauce	3 tbsp
Lemon juice	3 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Cornflour	1 tbsp
Sesame seeds	3 tbsp
Eggs (beaten)	3
Breadcrumbs	1 cup
Chinese salt	¼ tsp
Salt	to taste
Oil	for frying
Lettuce leaves, Lemon, Onion (rings)	for decoration

Method:

- Mix fish with all ingredients, except breadcrumbs and egg, in a bowl.
- Coat fish first with egg then with breadcrumbs.
- Heat oil in a wok; fry fish golden; remove on an absorbent paper.
- Decorate a dish with lettuce, lemon and onion; place fish on it; serve.

چکن تندوری

اجزاء:

سالم مرغی	ایک عدد
پسا ہوا لہسن ادرک	2 کھانے کے چمچے
پیکٹ والا تندوری مصالحہ	ایک پیکٹ
نمک	حسب ذائقہ
ٹماٹر، سلاد پتے، پیاز	سجانے کیلئے

ترکیب:

مرغی پر چھری کی مدد سے گہرے نشان لگائیں۔ تندوری مصالحے میں ادرک لہسن اور نمک ملا کر مرغی پر لگائیں اور اسے کم از کم 3 گھنٹوں کیلئے رکھ دیں۔ مرغی کو پہلے 15 منٹ کیلئے اسٹیمر میں اسٹیم کریں، پھر اوون کی ٹرے میں رکھ کر پہلے سے گرم اوون میں 200°C پر سنہری رنگ آنے تک پکائیں۔ اسے ڈش میں نکالیں اور ڈش کو پیاز، سلاد پتے، ٹماٹر اور کھیرے سے سجادیں۔

Chicken Tandoori

Ingredients:

Whole chicken	1
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Tandoori masala (packaged)	1 packet
Salt	to taste
Tomato, Lettuce leaves, Onion	for decoration

Method:

- Make deeps slits on chicken with a knife.
- Mix ginger/garlic and salt with tandoori masala; marinate chicken with it; set aside for at least 3 hours.
- Steam chicken in a steamer for 15 minutes.
- Place in an oven tray; bake in a pre-heated oven at 200° C till golden.
- Remove in a dish; decorate dish with tomato, lettuce and onion; serve.

بوٹی فرائی مصالحہ

اجزاء:

گائے کے گوشت کی بوٹیاں	½ کلو
ٹماٹر' پیاز (چوپ کی ہوئی)	2'2 عدد
لہسن ادرک (چوپ کیا ہوا)	2 کھانے کے چمچے
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچہ + چھڑکنے کیلئے
لونگیں	6 عدد
ثابت کالی مرچیں	8 عدد
دار چینی	ایک ٹکڑا
بڑی الائچی	ایک عدد
پسا ہوا سفید زیرہ	½ چائے کا چمچہ
کٹا ہوا دھنیا	1½ چائے کے چمچے
دہی (پھینٹی ہوئی)	½ پیالی
پسی ہوئی لال مرچ	2 چائے کے چمچے
پسی ہوئی ہلدی	¼ چائے کا چمچہ
پسی ہوئی سونف	½ چائے کا چمچہ
نمک	ایک چائے کا چمچہ
تیل	¼ پیالی
ہری مرچیں' ہرا دھنیا	چھڑکنے کیلئے

ترکیب:

کڑاہی میں تیل گرم کر کے گوشت اور پیاز بھونیں۔ اس میں گرم مصالحہ' لہسن ادرک اور پانی ملائیں' پھر ڈھکن ڈھانک کر گوشت گلنے تک پکائیں۔ اس میں ٹماٹر' دہی' لونگیں' کالی مرچیں' دار چینی' بڑی الائچی' زیرہ' دھنیا' لال مرچ' ہلدی' سونف اور نمک ملا کر دم پر رکھ دیں۔ تیل اُوپر آ جائے تو ڈش میں نکالیں' مزیدار بوٹی مصالحہ ہرا دھنیا' ہری مرچیں اور گرم مصالحہ چھڑک کر پیش کریں۔

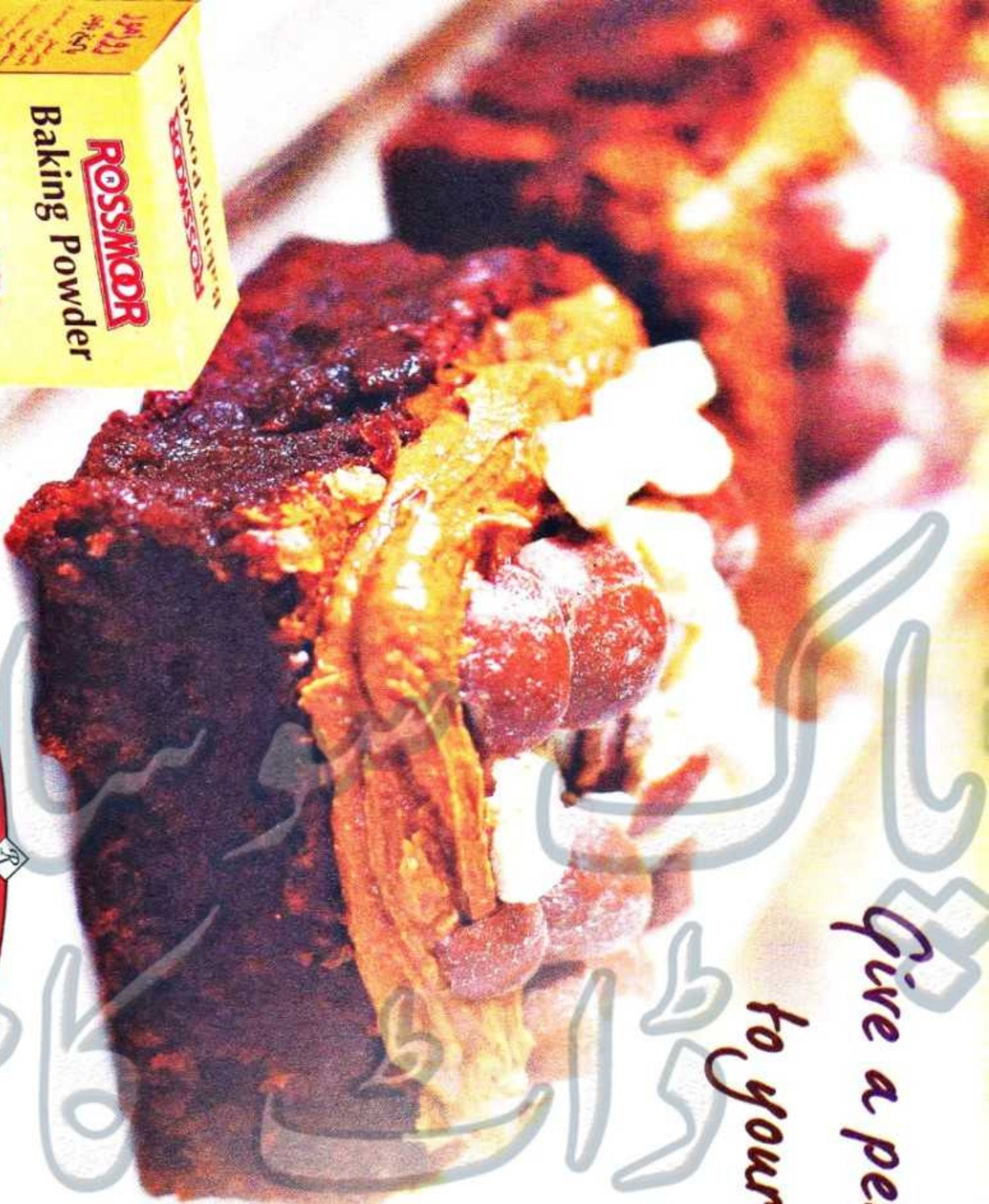
Boti Fry Masala

Ingredients:

Beef (pieces)	½ kg
Tomatoes, Onions (chopped)	2 each
Ginger/garlic paste	2 tbsp
Hot spices powder	1 tsp + for sprinkling
Cloves	6
Black peppercorns	8
Cinnamon	1 piece
Cardamoms	1
White cumin powder	½ tsp
Coriander (crushed)	1 ½ tsp
Yogurt (whipped)	½ cup
Red chilli powder	2 tsp
Turmeric powder	¼ tsp
Fennel (powdered)	½ tsp
Salt	1 tsp
Oil	¼ cup
Green chillies, Fresh coriander	for sprinkling

Method:

- Heat oil in a wok; fry beef and onions.
- Add hot spices, ginger/garlic and water; cook with lid on till beef is tender.
- Add tomatoes, yogurt, cloves, pepper, cinnamon, cardamoms, cumin, coriander, red chilli powder, turmeric, fennel and salt; keep on dum.
- Dish out when oil separates.
- Garnish boti masala with coriander and green chillies; sprinkle hot spices on top; serve.

Give a perfect taste
to your everyday baking
Rossmoor Cocoa Powder has provided a smooth, deep chocolate flavor that's perfect for baking, frosting and beverages.
Baking Powder a very common ingredient around the kitchen, it is used a raising agent in cakes, breads and biscuits.
It is increases the volume and lightens the texture of baked goods.
ROSSMOOR
Baking Powder
Net Wt. 100gm
ROSSMOOR
FOOD PRODUCTS
Email: rossmoor@cyber.net.pk
ROSSMOOR
COCOA
POWDER
ORIGINAL
READING Section
WWW.PAKSOCIETY.COM
RSPK.PAKSOCIETY.COM
ONLINE LIBRARY
FOR PAKISTAN
PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

کیٹا پلانا

اجزاء:

مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)	300 گرام
پسا ہوا لہسن	ایک چائے کا چمچہ
سراشا ساس	ایک کھانے کا چمچہ
سوئٹ چلی ساس	2 کھانے کے چمچے
چینی	ایک چائے کا چمچہ
سفید سرکہ	ایک کھانے کا چمچہ
چکن پاؤڈر	½ چائے کا چمچہ
ٹماٹو پیوری	2 کھانے کے چمچے
کٹی ہوئی کالی مرچ	½ چائے کا چمچہ
مشروم (سلائس)	4 عدد
ہری اور لال شملہ مرچ (لمبائی میں کٹی ہوئی)	ایک ایک عدد
گاجر (لمبائی میں کٹی ہوئی)	ایک عدد
نمک	½ چائے کا چمچہ
تیل	¼ پیالی

ترکیب:

مرغی میں لہسن، سراشا ساس، سوئٹ چلی ساس، چینی، سرکہ، چکن پاؤڈر، ٹماٹو پیوری، کالی مرچ اور نمک ملا کر ½ گھنٹے کیلئے رکھ دیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور مرغی کو 10 منٹ تک بھونیں، پھر مشروم، لال اور ہری شملہ مرچ اور گاجر ملا کر 15 منٹ تک پکائیں۔ اسے ڈش میں نکالیں اور گرما گرم پیش کریں۔

Cataplana

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	300 grams
Garlic paste	1 tsp
Sriracha sauce	1 tbsp
Sweet chilli sauce	2 tbsp
Sugar	1 tsp
White vinegar	1 tbsp
Chicken powder	½ tsp
Tomato puree	2 tbsp
Black pepper (crushed)	½ tsp
Mushrooms (sliced)	4
Green and Red Capsicums (cut lengthwise)	1 each
Carrot (cut lengthwise)	1
Salt	½ tsp
Oil	¼ cup

Method:

- Marinate chicken with garlic, sriracha sauce, sweet chilli sauce, sugar, vinegar, chicken powder, tomato puree, pepper and salt; set aside for ½ an hour.
- Heat oil in a wok; fry chicken for 10 minutes; add mushrooms, green and red capsicums, and carrot; cook for 15 minutes.
- Dish out; serve hot.

کریمی چکن تکّہ اسٹکس

اجزاء:

مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)	½ کلو
لیموں کا رس	2 کھانے کے چمچے
ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	2 کھانے کے چمچے + چھڑکنے کیلئے
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)	4 عدد
کُٹا ہوا سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچہ
چکن تکّہ مصالحہ (پیکٹ والا)	2 کھانے کے چمچے
کریم	2 کھانے کے چمچے
مایونیز	2 کھانے کے چمچے
انڈے (پھینٹے ہوئے)	2 عدد
ڈبل روٹی کا چُورہ	ایک پیالی
نمک	½ چائے کا چمچہ
تیل	تلنے کیلئے

ترکیب:

ایک پیالے میں علاوہ انڈے اور ڈبل روٹی کا چُورہ باقی اجزاء ملا کر ایک گھنٹے کیلئے رکھ دیں۔ بوٹیوں کو لکڑی کی سیخوں پر لگائیں' انہیں پہلے انڈے' پھر ڈبل روٹی کے چورے میں لپیٹیں۔ فرائنگ پین میں تیل گرم کریں اور سیخوں کو اُلٹ پلٹ کر کے سنہری تل کر جاذب کاغذ پر نکال لیں۔ انہیں سرونگ ڈش میں رکھیں اور ہرا دھنیا چھڑک کر پیش کریں۔

Creamy Chicken Tikka Sticks

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	½ kg
Lemon juice	2 tbsp
Fresh coriander (chopped)	2 tbsp + for sprinkling
Green chillies (chopped)	4
Cumin seeds (crushed)	1 tsp
Chicken tikka masala (packaged)	2 tbsp
Cream	2 tbsp
Mayonnaise	2 tbsp
Eggs (beaten)	2
Breadcrumbs	1 cup
Salt	½ tsp
Oil	for frying

Method:

- Mix all ingredients except eggs and breadcrumbs in a bowl and set aside for 1 hour.
- Pierce chicken pieces onto wooden skewers; coat first with egg then breadcrumbs.
- Heat oil in a frying pan; fry chicken from all sides; remove on an absorbent paper.
- Place in a serving dish; sprinkle coriander on top; serve.

مصالحے دار تھائی بیف

اجزاء:

انڈر کٹ (پٹیاں)	½ کلو
لہسن (چوپ کیا ہوا)	ایک چائے کا چمچہ
پیاز (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
شملہ مرچ (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
تلسی کے پتے	½ پیالی
فش ساس	2 کھانے کے چمچے
سویا ساس	2 کھانے کے چمچے
اویسٹر ساس	2 کھانے کے چمچے
سراشا ساس	2 کھانے کے چمچے
نمک	½ چائے کا چمچہ
تیل	4 کھانے کے چمچے

ساس کے اجزاء:

سوکھی گول لال مرچیں	5 عدد
لائم کے پتے	6 عدد

ترکیب:

بلینڈر میں ساس کے اجزاء یکجان کرلیں۔ ایک پیالے میں انڈر کٹ، سراشا ساس، ساس اور نمک ملا کر رکھ دیں۔ فرائنگ میں تیل گرم کر کے لہسن سنہری کریں اور انڈر کٹ ڈال کر 5 منٹ تک بھونیں۔ اس میں سویا ساس، فش ساس، اویسٹر ساس، تلسی، پیاز اور شملہ مرچ ملا کر چند منٹ تک پکائیں اور ڈش میں نکال لیں۔

Masala Thai Beef

Ingredients:

Undercut (strips)	½ kg
Garlic (chopped)	1 tsp
Onion (finely cut)	1
Capsicum (finely cut)	1
Basil leaves	½ cup
Fish sauce	2 tbsp
Soya sauce	2 tbsp
Oyster sauce	2 tbsp
Sriracha sauce	2 tbsp
Salt	½ tsp
Oil	4 tbsp

Sauce Ingredients:

Dried, round red chillies	5
Lime leaves	6

Method:

- Blend sauce ingredients in a blender.
- Marinate undercut with sriracha sauce and salt; set aside.
- Heat oil in a frying pan; fry garlic golden; add undercut; fry for 5 minutes.
- Add soya sauce, fish sauce, oyster sauce, basil leaves, onion and capsicum; cook for a few minutes; dish out.

Swiss Miss
Beauty is swiss miss
Swiss Miss
GET.SET.GO!

ہری مرچ والے جھینگے

اجزاء:

جھینگے (صاف کیے ہوئے)	½ کلو
پیاز (چوپ کی ہوئی)	ایک پیالی
پسا ہوا لہسن ادرک	ایک کھانے کا چمچہ
لیموں کا رس	2 کھانے کے چمچے
ثابت کالا زیرہ	½ چائے کا چمچہ
پسی ہوئی ہلدی	ایک چائے کا چمچہ
دہی (پھینٹی ہوئی)	½ پیالی
پسا ہوا گرم مصالحہ	½ چائے کا چمچہ
ہری مرچیں	10 عدد
ہرا دھنیا	¼ پیالی
خشخاش	ایک کھانے کا چمچہ
خربوزے کے بیج	ایک کھانے کا چمچہ
نمک	ایک چائے کا چمچہ
تیل	½ پیالی
گاجر اور ہری مرچ	سجانے کیلئے

ترکیب:

ہری مرچ اور ہرے دھنیے کو ملا کر پیس لیں۔ خشخاش اور خربوزے کے بیج بھونیں اور تھوڑے سے پانی کیساتھ پیس لیں۔ دیگچی میں تیل گرم کر کے پیاز سنہری کریں، اس میں لہسن ادرک، ہری مرچ کا آمیزہ، خشخاش کا آمیزہ، زیرہ، ہلدی، دہی اور نمک ڈال کر تیل اُوپر آنے تک بھونیں۔ اس میں جھینگے ملا کر دم پر رکھ دیں۔ جھینگوں میں گرم مصالحہ اور لیموں کا رس ملا کر ڈش میں نکالیں۔ اسے گاجر اور ہری مرچ سے سجادیں۔

Prawns with Green Chillies

Ingredients:

Prawns (cleaned)	½ kg
Onions (chopped)	1 cup
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Lemon juice	2 tbsp
Black cumin seeds	½ tsp
Turmeric powder	1 tsp
Yogurt (whipped)	½ cup
Hot spices powder	½ tsp
Green chillies	10
Fresh coriander	¼ cup
Poppy seeds	1 tbsp
Melon seeds	1 tbsp
Salt	1 tsp
Oil	½ cup
Green chillie, Carrot	for garnishing

Method:

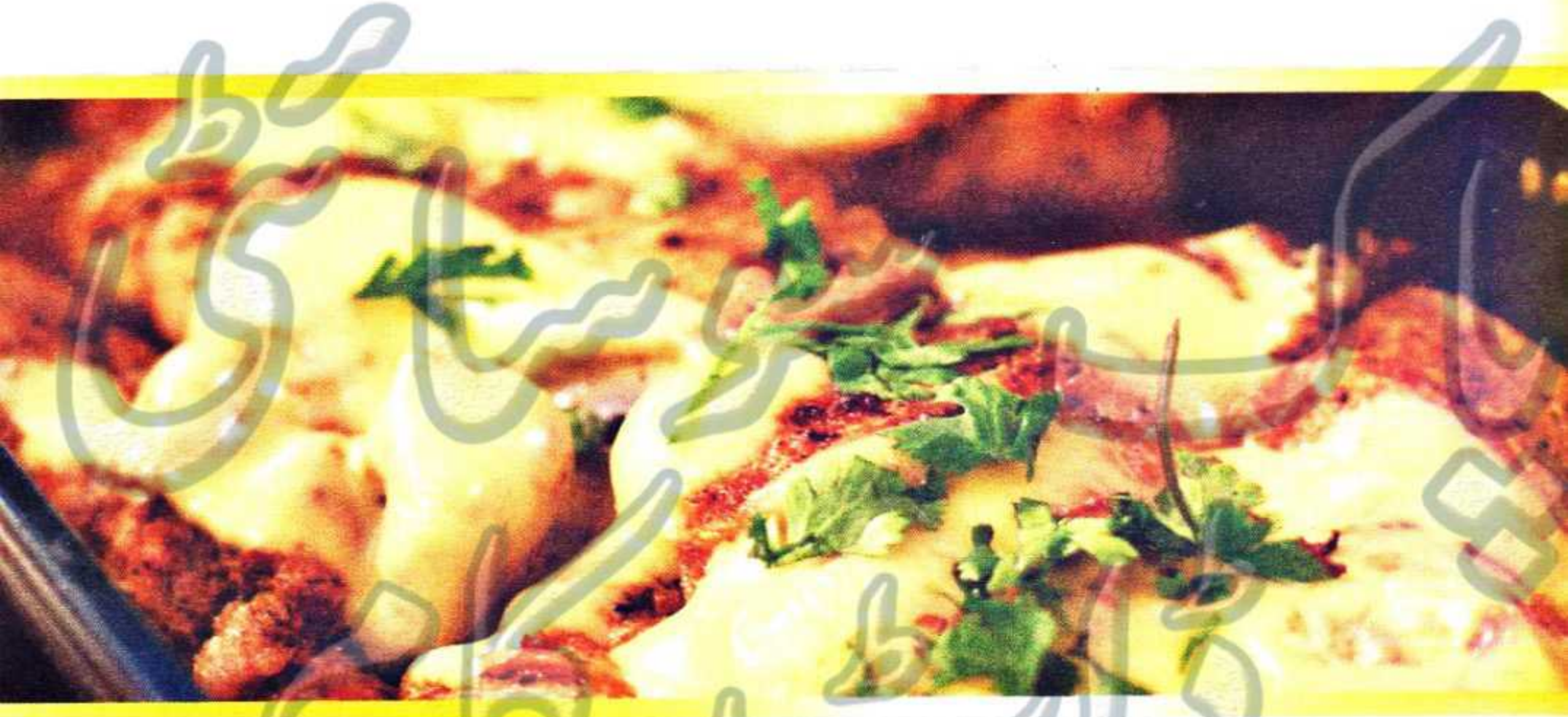
- Mix green chillies with coriander; blend together.
- Roast poppy and melon seeds; blend them with a little water.
- Heat oil! in a pot; fry onions golden; add ginger/garlic, green chilli paste, poppy seeds paste, cumin, turmeric, yogurt and salt; cook till oil separates.
- Add prawns; keep on dum.
- Add hot spices and lemon juice; dish out.
- Garnish with carrots and green chillies; serve

چکن کستوری مصالحہ

اجزاء:

مرغی کی بڑی بوٹیاں	½ کلو
پسا ہوا لہسن ادرک	ایک کھانے کا چمچہ
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچہ
لیموں کا رس	4 کھانے کے چمچے
کُٹی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچہ
پسی ہوئی سفید مرچ	½ چائے کا چمچہ
کُٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچہ
بُھنا ہوا سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچہ
پستے (پسے ہوئے)	2 کھانے کے چمچے
چیڈر پنیر (کدوکش)	ایک پیالی
نمک	ایک چائے کا چمچہ
مکھن	3 کھانے کے چمچے
تیل	4 کھانے کے چمچے
ہرا دھنیا	سجانے کیلئے

ترکیب:

مرغی کی بوٹیوں پر علاوہ تیل اور پنیر باقی اجزاء لگا کر ایک گھنٹے کیلئے رکھ دیں۔ دیگچی میں تیل گرم کریں اور مرغی کی بوٹیاں ڈال کر پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ اسے پائریکس کی ڈش میں بچھا کر پنیر چھڑکیں اور پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 10 منٹ تک پکا کر نکالیں۔ اسے ہرے دھنیے سے سجا کر گرما گرم پیش کریں۔

Chicken Kastoori Masala

Ingredients:

Chicken pieces (large)	½ kg
Ginger/garlic paste	1 tbsp
Hot spices powder	1 tsp
Lemon juice	4 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
White pepper powder	½ tsp
Red chillies (crushed)	1 tsp
White cumin seeds	1 tsp
Pistachios (ground)	2 tbsp
Cheddar cheese (grated)	1 cup
Salt	1 tsp
Butter	3 tbsp
Oil	4 tbsp
Fresh coriander	for garnishing

Method:

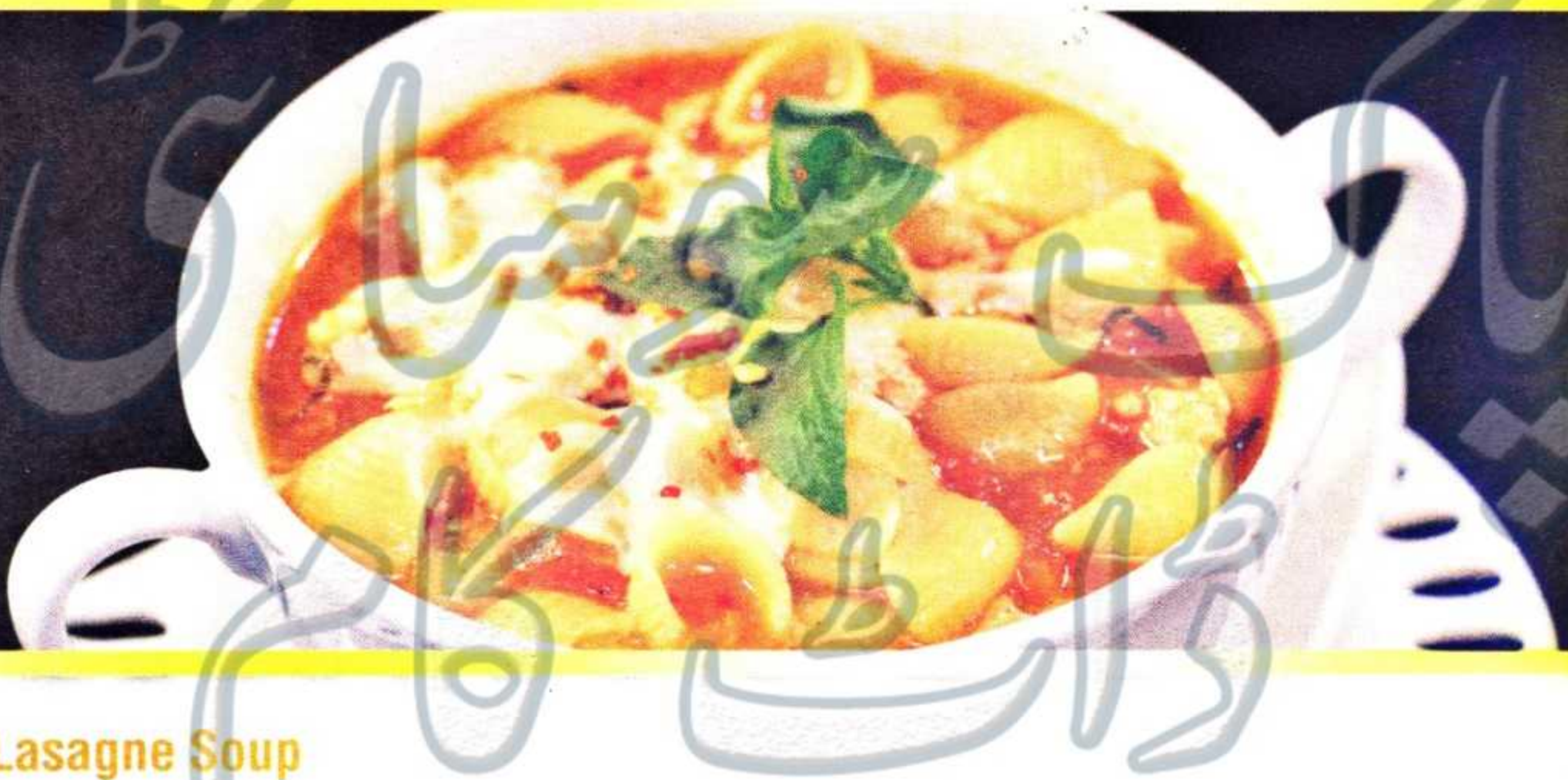
- Marinate chicken pieces with all ingredients except oil and cheese; set aside for 1 hour.
- Heat oil in a wok; cook chicken till dry.
- Remove chicken in a pyrex dish; sprinkle cheese on top; bake in a pre-heated oven at 180°C for 10 minutes; remove.
- Garnish with coriander; serve hot.

لزانیا سوپ

اجزاء:

گائے کا قیمہ (اُبلا ہوا)	300 گرام
شیل پاستا (اُبلا ہوا)	ایک پیالی
پیاز (چوپ کی ہوئی)	ایک عدد
ٹماٹر (چوپ کیا ہوا)	2 عدد
لہسن (چوپ کیا ہوا)	ایک چائے کا چمچہ
کُٹی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچہ
گائے کی یخنی	4 پیالی
اوریگانو	½ چائے کا چمچہ
ٹماٹو کیچپ	½ پیالی
سفید سرکہ	2 کھانے کے چمچے
نمک	حسب ذائقہ
تیل	ایک کھانے کا چمچہ
کُٹی ہوئی لال مرچ،	
موزریلا پنیر (کدوکش)	چھڑکنے کیلئے
تُلسی کے پتے	سجانے کیلئے

ترکیب:

کڑاہی میں تیل گرم کر کے لہسن بھُونیں۔ اس میں قیمہ، ٹماٹر، پیاز، کالی مرچ، یخنی، اوریگانو اور نمک ملا کر 10 منٹ تک پکائیں۔ کڑاہی میں پاستا، ٹماٹو کیچپ اور سرکہ ڈالیں، اسے مزید 10 منٹ تک پکا کر پیالے میں نکالیں، اس پر لال مرچ اور پنیر چھڑکیں اور تُلسی کے پتوں سے سجا کر پیش کریں۔

Lasagne Soup

Ingredients:

Beef mince (boiled)	300 grams
Shell pasta (boiled)	1 cup
Onion (chopped)	1
Tomatoes (chopped)	2
Garlic (chopped)	1 tsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Beef stock	4 cups
Oregano	½ tsp
Tomato ketchup	½ cup
White vinegar	2 tbsp
Salt	to taste
Oil	1 tbsp
Red chillies (crushed),	
Mozzarella cheese (grated)	for sprinkling
Basil leaves	for garnishing

Method:

- Heat oil in a wok; fry garlic.
- Add mince, tomatoes, onion, pepper, stock, oregano and salt; cook for 10 minutes.
- Add pasta, ketchup and vinegar; cook for 10 more minutes and remove in a bowl.
- Sprinkle red chillies and cheese on top; garnish with basil leaves and serve.

چکن شاشلک

مرغی کے اجزاء:

مرغی کی چوکور بوٹیاں	½ کلو
پسا ہوا لہسن ادرک	ایک چائے کا چمچہ
مسٹرڈ پیسٹ	2 چائے کے چمچے
کٹی ہوئی کالی مرچ	½ چائے کا چمچہ
سفید سرکہ	2 کھانے کے چمچے
ٹماٹر' پیاز' شملہ مرچیں (چوکور کٹی ہوئی)	2'2 عدد
پسی ہوئی لال مرچ' نمک	ایک' ایک چائے کا چمچہ
تیل	تلنے کیلئے
فرائیڈ رائس	ہمراہ پیش کے کیلئے

ساس کے اجزاء:

ٹماٹو کیچپ' مرغی کی یخنی	ایک' ایک پیالی
چلی ساس	ایک کھانے کا چمچہ
زردے کا رنگ' کھانے کا لال رنگ	ایک' ایک چٹکی
کان فلور (پانی میں گھلا ہوا)	2 کھانے کے چمچے
کٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچہ
لہسن (چوپ کیا ہوا)	ایک چائے کا چمچہ
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)	ایک چائے کا چمچہ
سفید سرکہ' تیل	2'2 کھانے کے چمچے

ترکیب:

بوٹیوں پر مرغی کے تمام اجزاء لگا کر ایک گھنٹے کیلئے رکھ دیں۔ لکڑی کی سیخ پر ایک شملہ مرچ' ایک پیاز' ایک ٹماٹر' ایک مرغی کی بوٹی لگا کر اس عمل کو دہرائیں۔ اسی طرح سے پورے مصالحے کی سیخیں تیار کرلیں۔ فرائنگ پین میں تیل گرم کریں اور سیخیں اُلٹ پلٹ کرتے ہوئے پکالیں۔ ساس پین میں ساس کے اجزاء گاڑھا ہونے تک پکا کر ڈش میں نکالیں۔ مزیدار شاشلک ساس اور فرائیڈ رائس کے ہمراہ پیش کریں۔

Chicken Shashlik

Chicken Ingredients:

Chicken pieces (cubed)	½ kg
Ginger/garlic paste	1 tsp
Mustard paste	2 tsp
Black pepper (crushed)	½ tsp
White vinegar	2 tbsp
Tomatoes, Onions, Capsicums (cubed)	2 each
Red chilli powder, Salt	1 tsp each
Oil	for frying
Fried rice	as accompaniment

Sauce Ingredients:

Tomato ketchup, Chicken stock	1 cup each
Chilli sauce	1 tbsp
Orange food colour, Red food colour	1 pinch each
Cornflour (made into paste with water)	2 tbsp
Red chillies (crushed)	1 tsp
Garlic (chopped)	1 tsp
Green chillies (chopped)	1 tsp
White vinegar, Oil	2 tbsp each

Method:

- Marinate chicken with all its ingredients; set aside for 1 hour.
- Pierce one piece of capsicum, one piece of onion, one piece of tomato and one piece of chicken on a wooden skewer.
- Repeat process to make more skewers from the remaining chicken.
- Heat oil in a frying pan; fry skewers from both sides; dish out.
- Cook sauce ingredients in a saucepan till thick; remove in the dish.
- Serve shashlik with sauce and fried rice.

مصالحے دار انڈین پاستا

اجزاء:

مرغی کا قیمہ	½ کلو
ایلبو پاستا (اُبلا)	2 پیالی
پیاز (چوپ کی ہوئی)	ایک عدد
ٹماٹر (چوپ کیا ہوا)	ایک عدد
شملہ مرچ (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
لہسن (چوپ کئے ہوئے)	4 جوے
پسی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچہ
پسی ہوئی ہلدی	½ چائے کا چمچہ
پسا ہوا دھنیا	ایک چائے کا چمچہ
نمک	½ چائے کا چمچہ
تیل	½ پیالی
ہرا دھنیا (باریک کٹا ہوا)	چھڑکنے کیلئے

ترکیب:

کڑاہی میں تیل گرم کر کے قیمہ بھونیں۔ اس میں پیاز، لہسن، ٹماٹر، ہلدی، لال مرچ، دھنیا اور نمک ملا کر قیمہ گلنے تک پکائیں، پھر شملہ مرچ اور پاستا ملا کر ڈش میں نکال لیں۔ مزیدار پاستا ہرا دھنیا چھڑک کر پیش کریں۔

Indian Pasta Masala

Ingredients:

Chicken mince	½ kg
Elbow pasta (boiled)	2 cups
Onion (chopped)	1
Tomato (chopped)	1
Capsicum (finely cut)	1
Garlic (chopped)	4 cloves
Red chilli powder	1 tsp
Turmeric powder	½ tsp
Coriander powder	1 tsp
Salt	½ tsp
Oil	½ cup
Fresh coriander	for sprinkling

Method:

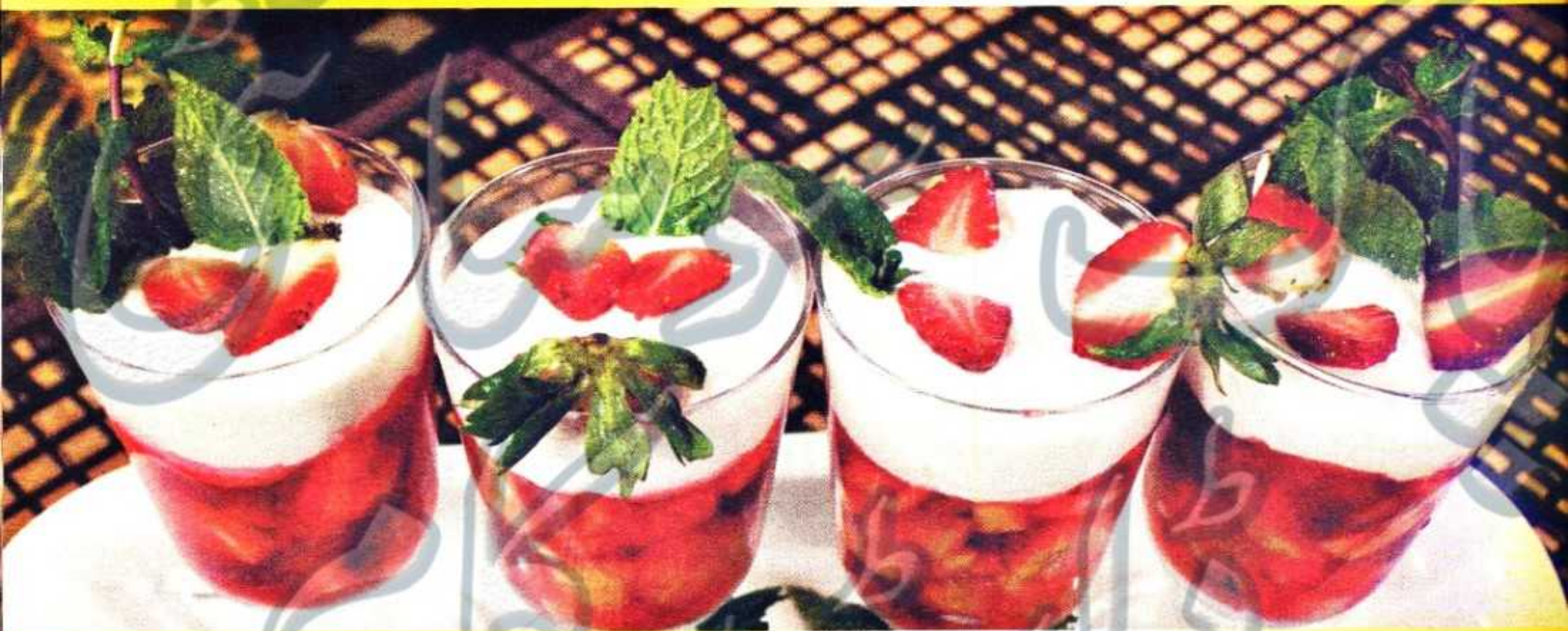
- Heat oil in a wok; fry mince.
- Add onion, garlic, tomato, turmeric, red chillies, coriander and salt; cook till mince is tender.
- Add capsicum and pasta; dish out.
- Garnish with coriander; serve.

دہی اور پھلوں کا سلاد

اجزاء:

اسٹرابیریز (موٹی کٹی ہوئی)	250 گرام + سجانے کیلئے
کیلے (موٹے کٹے ہوئے)	4 عدد
کینو (چھوٹے ٹکڑے کٹے ہوئے)	ایک پیالی
اسٹرابیری جیلی کرسٹلز	400 گرام
لیموں کا رس	ایک کھانے کا چمچہ
کم چکنائی والی دہی	200 گرام
ونیلا ایسنس	½ چائے کا چمچہ
کریم پنیر	½ پیالی
پسی ہوئی چینی	ایک کھانے کا چمچہ
پودینے کے پتے	سجانے کے لئے

ترکیب:

گلاسوں میں تھوڑے تھوڑے اسٹرابیرز' کیلے اور کینو ڈالیں۔2 پیالی پانی میں جیلی کرسٹلز پکا کر گلاسوں میں تھوڑا تھوڑا کر کے ڈالیں اور جمنے کیلئے فرج میں رکھ دیں۔ایک پیالے میں باقی اجزاء یکجان کرلیں۔اسے گلاسوں میں ڈال کر پودینے اور اسٹرابیریز سے سجائیں اور فرج میں رکھ دیں۔دہی اور پھلوں کا سلاد خوب ٹھنڈا کر کے پیش کریں۔

Yogurt and Fruit Salad

Ingredients:

Strawberries (thickly cut)	250 grams + for decoration
Bananas (thickly cut)	4
Kinnows (cut into small pieces)	1 cup
Strawberry jelly crystals	400 grams
Lemon juice	1 tbsp
Yogurt (low fat)	200 grams
Vanilla essence	½ tsp
Cream cheese	½ cup
Icing sugar	1 tbsp
Mint leaves	for garnishing

Method:

- Put a little strawberries, bananas and kinnow pieces in glasses.
- Dissolve jelly crystals in 2 cups water and pour a little mixture in each glass; allow to set in a refrigerator.
- Mix all remaining ingredients in a bowl; pour into glasses; garnish with mint and strawberries; refrigerate.
- Serve yogurt and fruit salad chilled.

CHASKA
PAKANAY KA

اجزاء:

پیٹا بریڈ (چھوٹے کٹے ہوئے)	2 عدد
ٹماٹر (چھوٹے چوکور کٹے ہوئے)	200 گرام
کھیرے (چھوٹے چوکور کٹے ہوئے)	2 عدد
شملہ مرچ (چھوٹی چوکور کٹی ہوئی)	ایک عدد
ہری پیاز (باریک کٹی ہوئی)	2 عدد
پارسلے (چوپ کیا ہوا)	ایک پیالی
زیتون کا تیل	2 کھانے کے چمچے
تیل	تلنے کیلئے
سمک	چھڑکنے کیلئے

ڈریسنگ کے اجزاء:

لیموں کا رس	½ پیالی
کٹی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچہ
زیتون کا تیل	¼ پیالی

ترکیب:

کڑاہی میں تیل گرم کریں اور پیٹا بریڈ سنہری تل کر نکال لیں۔ ایک پیالے میں ڈریسنگ کے اجزاء یکجان کرلیں۔ اس میں باقی اجزاء ملائیں اور سمک چھڑک کر پیش کریں۔

Fatoush

Ingredients:

Pita bread (cut into small pieces)	2
Tomatoes (small cubes)	200 gram
Cucumbers (small cubes)	2
Capsicums (small cubes)	1
Spring onions (finely cut)	2
Parsley (chopped)	1 cup
Olive oil	2 tbsp
Oil	for frying
Sumac	for sprinkling

Dressing Ingredients:

Lemon juice	½ cup
Black pepper (crushed)	1 tsp
Olive oil	¼ cup

Method:

- Heat oil in a wok; fry pita bread golden; remove.
- Combine dressing ingredients in a bowl.
- Add remaining ingredients; sprinkle sumac on top; serve.

OLIVES & OLIVE OIL

www.facebook.com/houseofiitalia
www.houseofitalia.com

اجزاء:

گائے کا قیمہ	400 گرام
شیل پاستا (اُبلا ہوا)	4 پیالی
پیاز (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
لہسن (چوپ کیے ہوئے)	4 جوے
ٹماٹو پیسٹ	2 کھانے کے چمچے
اوریگانو	½ چائے کا چمچہ + چھڑکنے کیلئے
کُٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچہ + چھڑکنے کیلئے
پکے ہوئے ٹماٹر	3 عدد
موزریلا پنیر (کدوکش)	ایک پیالی
نمک	ایک چائے کا چمچہ
تیل	3 کھانے کے چمچے

ترکیب:

بلینڈر میں ٹماٹر پیس لیں۔ دیگچی میں تیل گرم کرکے پیاز رنگ تبدیل ہونے تک پکائیں' اس میں قیمہ' لہسن' اوریگانو' لال مرچ اور نمک ملا کر بھونیں۔ اس میں ٹماٹر اور ٹماٹو پیسٹ شامل کرکے مزید بھونیں' پھر پاستا ملا کر چند منٹ پکائیں اور ایک پائریکس کی ڈش میں بچھا دیں۔ اس پر پنیر بچھائیں' اس پر اوریگانو اور لال مرچیں چھڑک دیں۔ اسے پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 20 منٹ پکا کر نکالیں اور گرما گرم پیش کریں۔

Pizza Pasta

Ingredients:

Beef mince	400 grams
Shell pasta (boiled)	4 cups
Onion (finely cut)	1
Garlic (chopped)	4 cloves
Tomato paste	2 tbsp
Oregano	½ tsp + for sprinkling
Red chillies (crushed)	1 tsp + for sprinkling
Tomatoes (ripe)	3
Mozzarella cheese (grated)	1 cup
Salt	1 tsp
Oil	3 tbsp

Method:

- Blend tomatoes in a blender.
- Heat oil in a pot; cook onion till it changes colour.
- Add mince, garlic, oregano, red chillies and salt; fry.
- Add tomatoes and tomato paste; fry further.
- Add pasta; cook for a few minutes; spread on a pyrex dish.
- Spread cheese on it; sprinkle oregano and red chillies on top.
- Bake in a pre-heated oven at 180°C for 20 minutes; remove; serve hot.

شاورمہ

اجزاء:

مرغی کے سینے (باریک پٹیاں کٹی ہوئی)	½ کلو
آلو (فرنچ فرائز کٹے ہوئے)	ایک پیالی
پیٹا بریڈ (سینکے ہوئے ٹکڑے)	سجانے کیلئے
تیل	تلنے کیلئے

میرینیڈ کے اجزاء:

لیموں کا رس، سیب کا سرکہ	2،2 کھانے کے چمچے
ثابت سفید زیرہ، کالا زیرہ	¼،¼ چائے کا چمچہ
پسی ہوئی الائچی، پسی ہوئی جائفل	¼،¼ چائے کا چمچہ
پسی ہوئی دارچینی، اوریگانو	¼،¼ چائے کا چمچہ
کُٹی ہوئی کالی مرچ	½ چائے کا چمچہ
پسا ہوا لہسن ادرک	¼ چائے کا چمچہ
نمک	ایک چائے کا چمچہ
زیتون کا تیل	4 کھانے کے چمچے

تاہینی ساس کے اجزاء:

تاہینی پیسٹ	2 چائے کے چمچے
لیموں کا رس، ٹھنڈا پانی	4،4 کھانے کے چمچے
پارسلے (چوپ کیا ہوا)	ایک کھانے کا چمچہ
نمک	ایک چٹکی
زیتون کا تیل	2 کھانے کے چمچے

ترکیب:

مرغی میں میرینیڈ کے اجزاء ملا کر چند گھنٹوں کیلئے فرج میں رکھ دیں۔ اس آمیزے کو فرائنگ پین میں تیز آنچ پر گوشت گلنے اور پانی خشک ہونے تک پکائیں۔ فرائنگ پین میں تیل گرم کریں اور آلو سنہری تل کر فرائنگ پین میں شامل کریں۔ تاہینی ساس کے اجزاء ایک پیالے میں ملا کر مرغی میں شامل کر دیں۔ سرونگ ڈش کے درمیان میں مرغی نکالیں، ڈش کے کناروں پر پیٹا بریڈ سجا کر پیش کریں۔

Shawarma

Ingredients:

Chicken breasts (cut into thin strips)	½ kg
Potatoes (cut into french fries)	1 cup
Pita bread (toasted pieces)	for decorating
Oil	for frying

Marinade Ingredients:

Lemon juice, Apple cider vinegar	2 tbsp each
White cumin seeds, Black cumin seeds	¼ tsp each
Green cardamom powder, Nutmeg powder	¼ tsp each
Cinnamon powder, Oregano	¼ tsp each
Black pepper (crushed)	½ tsp
Ginger/garlic powder	¼ tsp
Salt	1 tsp
Olive oil	4 tbsp

Tahini Sauce Ingredients:

Tahini paste	2 tsp
Lemon juice, Cold water	4 tbsp each
Parsley (chopped)	1 tbsp
Salt	1 pinch
Olive oil	2 tbsp

Method:

- Marinate chicken with all marinade ingredients; refrigerate for a few hours.
- Cook chicken with marinade in a frying pan on high flame till tender.
- Heat oil in a separate frying pan; fry french fries golden; add to chicken.
- Mix tahini sauce ingredients in a bowl; add ½ of the sauce to chicken; set aside the remaining ½.
- Place chicken in the centre of a serving dish; decorate with pita bread on the sides; serve.

بیف کریکرز

اجزاء:

گائے کا قیمہ	250 گرام	ہری مرچ	ایک عدد
میدہ (چھنا ہوا)	ایک پیالی+لگانے کیلئے	ہرا دھنیا (چوپ کیا ہوا)	2 کھانے کے چمچے
بیسن (چھنا ہوا)	½ پیالی	ثابت سفید زیرہ، نمک	ایک ایک چائے کا چمچہ
لہسن (چوپ کیا ہوا)	2 جوے	تیل	تلنے کیلئے+4 کھانے کے چمچے
کُٹی ہوئی کالی مرچ	½ چائے کا چمچہ		

ترکیب:

فرائنگ پین میں 4 کھانے کے چمچے تیل گرم کرکے لہسن سنہری کریں، اس میں قیمہ، زیرہ، کالی مرچ اور نمک ملا کر بھونیں۔ اس میں ہرا دھنیا ڈال کر چند منٹ تک پکائیں اور ہری مرچ ملا کر چوپر میں پیسیں، پھر میدہ اور بیسن یکجان کرلیں۔ اس آٹے کو میدہ لگاتے ہوئے بیلیں اور نمک پارے کاٹ لیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور بیف کریکرز سنہری تل کر نکال لیں۔

Beef Crackers

Ingredients:

Beef mince	250 grams
Refined flour (sieved)	1 cup + for dusting
Gram flour (sieved)	½ cup
Garlic (chopped)	2 cloves
Black pepper (crushed)	½ tsp
Green chillies	1
Fresh coriander (chopped)	2 tbsp
White cumin seeds, Salt	1 tsp each
Oil	for frying + 4 tbsp

Method:

- Heat 4 tbsp oil in a frying pan; fry garlic golden.
- Add mince, cumin, pepper and salt; fry.
- Add coriander; cook for a few more minutes.
- Add green chillies; grind in a chopper; add refined flour and gram flour; combine in the same chopper.
- Dust mixture with flour; roll out into a disc; cut namakparay from it.
- Heat oil in a wok; fry beef crackers golden; remove.

یخنی شوربہ

اجزاء:

مرغی کی بوٹیاں	250 گرام
مرغی کی ہڈیاں	½ کلو
میکرونی	ایک پیالی
لہسن (چوپ کیے ہوئے)	5 جوے
پسا ہوا ادرک	ایک کھانے کا چمچہ
تیج پتے	2 عدد
چھوٹی الائچیاں، لونگیں	4،4 عدد
دارچینی	ایک ڈنڈی
ثابت کالی مرچیں	8 عدد
ثابت سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچہ
پسی ہوئی ہلدی	ایک چائے کا چمچہ
پسا ہوا گرم مصالحہ	½ چائے کا چمچہ
پسی ہوئی لال مرچ	½ چائے کا چمچہ
چکن کیوب	ایک عدد
پانی	6 پیالی
نمک	حسب ذائقہ
تیل	2 کھانے کے چمچے

بگھار کے اجزاء:

پسی ہوئی ہلدی، پسا ہوا گرم مصالحہ	¼، ¼ چائے کا چمچہ
پسی ہوئی لال مرچ	½ چائے کا چمچہ
لہسن (چوپ کیا ہوا)	ایک چائے کا چمچہ
مکھن	2 کھانے کے چمچے

ترکیب:

دیگچی میں تیل گرم کریں اور علاوہ پانی اور میکرونی باقی اجزاء چند منٹ تک بھونیں۔ اس میں پانی ڈالیں اور ہلکی آنچ پر کم از کم ایک گھنٹے تک پکائیں۔ اس میں میکرونی ملا کر مزید 10 منٹ تک پکائیں۔ فرائنگ پین میں بگھار کے اجزاء سنہری کر کے ڈش میں ڈالیں اور مزیدار یخنی شوربہ پیالے میں نکال کر پیش کریں۔

Yakhni Shorba

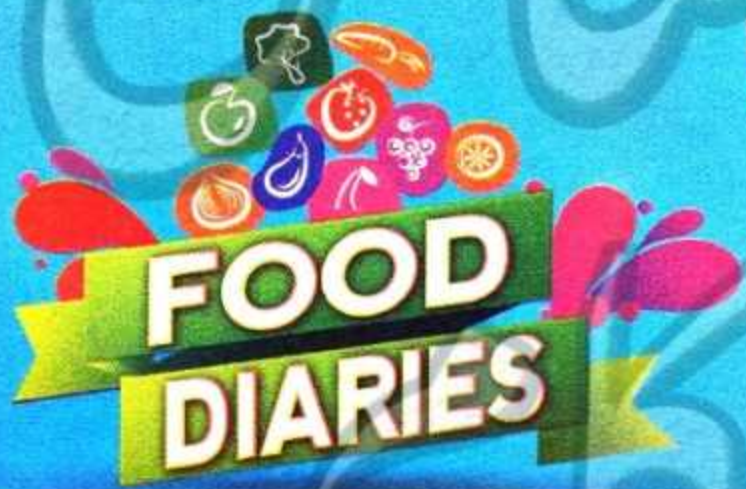
Ingredients:

Chicken pieces	250 grams
Chicken bones	½ kg
Macaroni	1 cup
Garlic (chopped)	5 cloves
Ginger paste	1 tbsp
Bay leaves	2
Green cardamoms, Cloves	4 each
Cinnamon	1 stick
Black peppercorns	8
Cumin seeds	1 tsp
Turmeric powder	1 tsp
Hot spices powder	½ tsp
Red chilli powder	½ tsp
Chicken cube	1
Water	6 cups
Salt	to taste
Oil	2 tbsp

Tempering Ingredients:

Turmeric powder, Hot spices powder	¼ tsp each
Red chilli powder	½ tsp
Garlic (chopped)	1 tsp
Butter	2 tbsp

Method:

- Heat oil in a pot; fry all ingredients, except water and macoroni, for a few minutes.
- Add water; cook on low flame for at least an hour.
- Add macoroni; cook for 10 more minutes.
- Fry tempering ingredients golden in a frying pan; pour over yakhni; remove in a bowl; serve.

مچھلی کے نگٹس

اجزاء:

مچھلی کے فلے	½ کلو
آلو (اُبال کر بھُرتہ بنالیں)	2 عدد
کُٹی ہوئی کالی مرچ	½ چائے کا چمچہ
لہسن (چوپ کیا ہوا)	ایک جوا
ہری مرچیں (چوپ کی ہوئی)	4 عدد
ہرادھنیا (چوپ کیا ہوا)	2 کھانے کے چمچے
پیاز (باریک کٹی ہوئی)	ایک عدد
انڈہ (پھینٹا ہوا)	ایک عدد
ڈبل روٹی کا چُورہ	ایک پیالی
نمک	½ چائے کا چمچہ
تیل	تلنے کیلئے
ٹارٹر ساس	ہمراہ پیش کرنے کیلئے

ترکیب:

فلے کو اُبال کر بھُرتہ بنالیں۔ اس میں آلو کالی مرچ' لہسن' ہری مرچیں' ہرادھنیا' پیاز اور نمک ملالیں۔ اس آمیزے کے نگٹس بنائیں۔ انہیں پہلے انڈے' پھر ڈبل روٹی کے چورے میں لپیٹ لیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں اور نگٹس سنہری تل کر جاذب کاغذ پر نکال لیں۔ مزیدار نگٹس ٹارٹر ساس کے ہمراہ پیش کریں۔

Fish Nuggets

Ingredients:

Fish fillets	½ kg
Potatoes (boiled and mashed)	2
Black pepper (crushed)	½ tsp
Garlic (chopped)	1 clove
Green chillies (chopped)	4
Fresh coriander (chopped)	2 tbsp
Onion (finely cut)	1
Egg (beaten)	1
Breadcrumbs	1 cup
Salt	½ tsp
Oil	for frying
Tartar sauce	as accompaniment

Method:

- Boil fish fillets and mash them.
- Add potatoes, pepper, garlic, green chillies, coriander, onion and salt.
- Make nuggets from this mixture.
- Coat nuggets first with egg then breadcrumbs.
- Heat oil in a wok; fry nuggets golden; remove on an absorbent paper.
- Serve with tartar sauce.

ARBELLA

میرا پاستا
ARBELLA پاستا

DURUM
%100
WHEAT

ARBELLA
Kalem Kesme
Penne Rigate
500 g e

ARBELLA
Mantı
500 g e

PAKSOCIETY1

بینگن کا پاستا

اجزاء:

بینگن	ایک عدد
اسپیگھیٹی (اُبلی ہوئی)	2 پیالی
اوریگانو	ایک کھانے کا چمچہ
کُٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچہ
لہسن (باریک کٹے ہوئے)	4 جوے
تُلسی کے پتے	10 عدد
ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)	ایک پیالی
کُٹی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچہ
پارمیزان پنیر (کھرچی ہوئی)	¼ پیالی
نمک	حسب ذائقہ
تیل	¼ پیالی + 2 کھانے کے چمچے

ترکیب:

بینگن کو لمبی پٹیوں میں کاٹ کر پانی میں بھگو دیں۔ فرائنگ پین میں تیل گرم کریں' بینگن پانی سے نکال کر اس میں شامل کریں اور نرم ہونے تک پکائیں' پھر تیل سے چھان کر نکال لیں۔ علیحدہ فرائنگ پین میں 2 کھانے کے چمچے تیل گرم کر کے لہسن سنہری کریں۔ اس میں اوریگانو' کالی مرچ' لال مرچ' ٹماٹر اور نمک ڈال کر ٹماٹر گلنے تک پکائیں' پھر بینگن ملا کر چند منٹ بھونیں۔ اسپیگھیٹی اور تلسی کے پتے ملا کر ڈش میں نکالیں اور پنیر رکھ کر پیش کریں۔

Eggplant Pasta

Ingredients:

Eggplant	1
Spaghetti (boiled)	2 cups
Oregano	1 tbsp
Red chillies (crushed)	1 tsp
Garlic (finely cut)	4 cloves
Basil leaves	10
Tomato (chopped)	1 cup
Black pepper (crushed)	1 tsp
Parmesan cheese (shavings)	¼ cup
Salt	to taste
Oil	¼ cup + 2 tbsp

Method:

- Cut eggplant into long strips; immerse in water.
- Heat oil in a frying pan; remove egg plant from water and fry till it softens.
- Strain oil and remove eggplant; set aside.
- Heat 2 tbsp oil in a separate frying pan; fry garlic golden.
- Add oregano, pepper, red chillies, tomato and salt; cook till tomato softens.
- Add eggplant; fry for a few minutes; add spaghetti and basil leaves; dish out.
- Arrange cheese on top; serve.

چکن تریاکی

مرغی کے اجزاء:

مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)	½ کلو
لہسن (چوپ کئے ہوئے)	3 جوے
سویا ساس، تیل	2،2 کھانے کے چمچے
ہرا دھنیا (باریک کٹا ہوا)	چھڑکنے کیلئے

چاول کے اجزاء:

چاول (ایک دن قبل اُبالے ہوئے)	2 پیالی
سویا ساس	4 کھانے کے چمچے
لہسن (چوپ کئے ہوئے)	2 جوے
تیل	2 کھانے کے چمچے

ساس کے اجزاء:

سویا ساس	½ پیالی
چاول کا سرکہ، شہد	2،2 کھانے کے چمچے
براؤن چینی	¼ پیالی
پسا ہوا ادرک	¾ چائے کا چمچہ
لہسن (چوپ کیا ہوا)	ایک جوا
تل کا تیل	ایک کھانے کا چمچہ

ترکیب:

فرائنگ پین میں تیل گرم کر کے لہسن سنہری کریں، پھر چاول ملا کر بھونیں۔ چاولوں میں سویا ساس ملائیں اور ایک گول پیالے میں ڈالیں، اسے خوب دبا کر ڈش میں پلٹ کر نکال لیں۔ ساس پین میں ساس کے اجزاء چمچہ چلاتے ہوئے گاڑھا ہونے تک پکا کر چولہا بند کر دیں۔ فرائنگ پین میں تیل گرم کر کے لہسن اور مرغی کی بوٹیاں سنہری رنگ آنے تک بھونیں، پھر ساس شامل کریں اور ڈھکن ڈھانک کر ساس خشک ہونے تک پکائیں۔ اسے ڈش میں چاول کے اردگرد نکال لیں۔ مزیدار چکن تریاکی ہرا دھنیا چھڑک کر پیش کریں۔

Chicken Teriyaki

Chicken Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	½ kg
Garlic (chopped)	3 cloves
Soya sauce, Oil	2 tbsp each
Fresh coriander (finely cut)	for sprinkling

Rice Ingredients:

Cold/leftover rice	2 cups
Soya sauce	4 tbsp
Garlic (chopped)	2 cloves
Oil	2 tbsp

Sauce Ingredients:

Soya sauce	½ cup
Rice vinegar, Honey	2 tbsp each
Sesame oil	1 tbsp
Brown sugar	¼ cup

Method:

- Heat oil in a frying pan; fry garlic golden.
- Add rice; fry.
- Add soya sauce; remove in a round bowl; press tightly; invert in a dish.
- Cook sauce ingredients in a saucepan while stirring continuously till thick.
- Heat oil in a frying pan; fry chicken and garlic golden; add sauce; cook with the lid on till the sauce dries up.
- Arrange around the rice in a dish.
- Garnish with coriander; serve.

ہنی سویا چکن

اجزاء:

ڈرم اسٹکس	6 عدد
سویا ساس	¼ پیالی
شہد	½ پیالی
☆مانٹریال اسٹیک سیزننگ	3 کھانے کے چمچے
لہسن (چوپ کیے ہوئے)	2 جوے
پسا ہوا لہسن ادرک	ایک چائے کا چمچہ
کٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ
زیتون کا تیل	¼ پیالی
سلاد پتے (کٹے ہوئے)	سجانے کیلئے

ترکیب:

ڈرم اسٹکس پر چھری کی مدد سے گہرے نشان لگائیں۔ان پر سیزننگ لگا کر ایک گھنٹے کیلئے رکھ دیں۔فرائنگ پین میں تیل گرم کر کے لہسن ادرک اور لال مرچیں بھونیں' پھر ڈرم اسٹکس اور تھوڑا سا پانی ملا کر پکنے دیں' اس میں سویا ساس اور شہد ملا کر چند منٹ پکائیں۔ڈش کو سلاد پتوں سے سجائیں اور مرغی اس پر رکھ کر پیش کریں۔

★ ½'½'½ کھانے کا چمچہ سونف' روزمیری' تھائم' لہسن کا پاؤڈر' ادرک کا پاؤڈر' پسی ہوئی سونٹھ' ایک' ایک کھانے کا چمچہ پیاز' کالی مرچیں' ثابت دھنیا' 6 سوکھی گول لال مرچیں اور 4 کھانے کے چمچے نمک پیس لیں۔

Honey Soya Chicken

Ingredients:

Drumsticks	6
Soya sauce	¼ cup
Honey	½ cup
*Montreal steak seasoning	3 tbsp
Garlic (chopped)	2 cloves
Ginger/garlic paste	1 tsp
Red chillies (crushed)	1 tsp
Olive oil	¼ cup
Lettuce leaves (cut)	for garnishing

Method:

- Make deep slits on drumsticks with a knife.
- Season drumsticks with the seasoning; set aside for 1 hour.
- Heat oil in a frying pan; fry ginger/garlic and red chillies; add drumsticks and a little water; cook.
- Add soya sauce and honey; cook for a few minutes.
- Decorate a dish with lettuce; place chicken on it; serve.

★ Grind ½ tbsp each of fennel seeds, rosemary, thyme, garlic powder, ginger powder, dried ginger powder and 1 tbsp each of onion, black pepper, coriander seeds with 6 dried, round red chillies and 4tbsp salt to make Montreal steak seasoning.

PAKSOCIETY1

PAKSOCIETY

اُوٹ کوکیز

اجزاء:

جو (پسے ہوئے)	125 گرام
پھیکا مکھن	125 گرام + چکنا کرنے کیلئے
پسی ہوئی چینی	125 گرام
انڈہ	ایک عدد
ونیلا ایسنس	ایک کھانے کا چمچہ
میدہ (چھنا ہوا)	75 گرام
بیکنگ پاؤڈر	½ چائے کا چمچہ
پستے (چھلے اور باریک کٹے ہوئے)	100 گرام
چاکلیٹ (چوپ کی ہوئی)	125 گرام

ترکیب:

الیکٹرک بیٹر کی مدد سے مکھن کو پھینٹتے ہوئے تھوڑی تھوڑی کرکے چینی شامل کریں۔ چینی یکجان ہوجائے تو باقی اجزاء ڈال کر چند منٹ تک الیکٹرک بیٹر چلائیں۔ بیکنگ شیٹ کو چکنا کریں، ایک چمچے میں آمیزہ لے کر شیٹ پر تھوڑے تھوڑے فاصلے پر رکھیں اور چمچے سے ہلکا سا دبا دیں۔ ٹرے کو پہلے سے گرم اوون میں 180°C پر 10 منٹ تک پکا کر وائر ریک پر نکال لیں۔ مزیدار کوکیز ڈش میں نکال کر پیش کریں۔

Oatmeal Cookies

Ingredients:

Oats (ground)	125 grams
Unsalted butter	125 grams + for brushing
Icing sugar	125 grams
Egg	1
Vanilla essence	1 tbsp
Refined flour (sieved)	75 grams
Baking powder	½ tsp
Pistachios (shelled and finely cut)	100 grams
Chocolate (chopped)	125 grams

Method:

- Beat butter with an electric beater while gradually adding sugar.
- Once sugar is thoroughly mixed, add remaining ingredients and beat for a few more minutes.
- Brush butter on a baking tray; drop spoonfuls of batter at intervals; lightly press with a spoon.
- Place the tray in a pre-heated oven and bake at 180°C for 10 minutes; remove on a wire-rack.
- Dish out; serve.

چلی گارلک پران لینگینی

اجزاء:

جھینگے (درمیانے)	250 گرام
میدہ (چھنا ہوا)	¾ پیالی
انڈہ (پھینٹا ہوا)	ایک عدد
پسا ہوا لہسن	ایک چائے کا چمچہ
کٹی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچہ
لیموں کا رس	ایک کھانے کا چمچہ
کٹی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ
زیتون کا تیل	2 کھانے کے چمچے
پارسلے (چوپ کیا ہوا)	چھڑکنے کیلئے

ترکیب:

میدے میں انڈہ ملا کر آٹا گوندھ لیں۔ اسے پاستا مشین میں ڈال کر بڑے رولر سے 4 سے 5 مرتبہ نکالیں۔ پھر سب سے باریک رولر میں ڈال کر لینگینی نکال لیں۔ دیگچی میں پانی نمک ملا کر گرم کریں اور لینگینی ایک منٹ تک اُبال کر چھلنی میں نکالیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کر کے لہسن اور لال مرچیں بھونیں، پھر جھینگے، کالی مرچ اور نمک ملا کر چند منٹ تک پکائیں۔ اس میں لینگینی اور لیموں کا رس ملا کر ڈش میں نکالیں اور پارسلے چھڑک کر پیش کریں۔

Chilli Garlic Prawn Linguine

Ingredients:

Prawns (medium-sized)	250 grams
Refined flour (sieved)	¾ cup
Egg	1
Garlic paste	1 tsp
Red chillies (crushed)	1 tsp
Lemon juice	1 tbsp
Black pepper (crushed)	1 tsp
Salt	to taste
Olive oil	2 tbsp
Parsley (chopped)	for sprinkling

Method:

- Mix flour with egg and knead into a dough; place in a machine and pass through the big roller 4 to 5 times.
- Place in the smallest roller to make linguine.
- Heat water in a pot with salt and boil linguine in it for 1 minute; remove in a strainer.
- Heat oil in a wok; fry garlic and red chillies; add prawns, pepper and salt; cook for a few minutes.
- Add linguine and lemon juice; dish out; sprinkle parsley on top and serve.

اسٹفڈ چکن بریسٹ ود سن ڈرائیڈ ٹماٹوز

اجزاء:

مرغی کے سینے	2 عدد
آلو	2 عدد
سن ڈرائیڈ ٹماٹر	1/4 پیالی
تلسی کے پتے	10 عدد
لہسن	2 جوے
موزریلا پنیر	1/4 پیالی
کٹی ہوئی کالی مرچ	ایک چائے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ
زیتون کا تیل	ایک کھانے کا چمچہ
تیل	تلنے کیلئے + 4 کھانے کے چمچے
ہرا دھنیا	سجانے کیلئے

ترکیب:

ایک لمبی چھری کو مرغی کے سینوں کے درمیان میں ڈال کر جگہ بنالیں۔ سن ڈرائیڈ ٹماٹو، تلسی، لہسن اور پنیر چوپ کر کے مرغی کے سینوں میں بھرلیں۔ مرغی کے سینوں پر کالی مرچ اور نمک مل لیں۔ فرائنگ پین میں تھوڑا سا زیتون کا تیل گرم کریں اور سینے اس پر رکھ کر اُلٹ پلٹ کر کے اچھی طرح سے سینک لیں۔ آلوؤں کو آدھا پکنے تک اُبالیں اور کدوکش کرلیں۔ ان کی ٹکیاں بنائیں، فرائنگ پین میں تیل گرم کریں اور ان ٹکیوں کو سنہری تل کر نکال کر پلیٹ میں رکھیں۔ مرغی کے سینوں کے ٹکڑے کاٹ کر اس پر رکھیں اور ہرے دھنیے سے سجا کر پیش کریں۔

Stuffed Chicken Breasts with Sun Dried Tomatoes

Ingredients:

Chicken breasts	2
Potatoes	2
Sun dried tomatoes	¼ cup
Basil leaves	10
Garlic	2 cloves
Mozzarella cheese	¼ cup
Black pepper (crushed)	1 tsp
Salt	to taste
Olive oil	1 tbsp
Oil	for frying + 4 tbsp
Fresh coriander	for decoration

Method:

- Carve a pocket in the centre of chicken breasts using a long knife; fill it with sun dried tomatoes, basil leaves, garlic and chopped cheese.
- Rub pepper and salt on chicken breasts.
- Heat a little olive oil in a frying pan; thoroughly fry breasts from both sides.
- Parboil potatoes and mash them; shape into patties.
- Heat oil in a frying pan; fry patties golden; remove in a plate.
- Cut chicken breasts into pieces and place in the plate; decorate with coriander and serve.

اجزاء:

مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)	½ کلو
دہی (پھینٹی ہوئی)	¼ کلو
تازہ کریم	ایک پیالی
پسی ہوئی لال مرچ	ایک چائے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ
تیل	4 کھانے کے چمچے
ہرا دھنیا' ثابت ہری مرچیں	سجانے کیلئے

ترکیب:

ایک پیالے میں مرغی' کریم' دہی' لال مرچ اور نمک ملا کر ایک رات کیلئے رکھ دیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کریں' اس میں مرغی ڈال کر ڈھکن ڈھانک کر ہلکی آنچ پر 20 منٹ تک پکائیں۔ تیل اُوپر آجائے تو ڈش میں نکالیں۔ اسے ہرے دھنیے اور ہری مرچوں سے سجادیں۔

Cream Chicken

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	½ kg
Yogurt (whipped)	¼ kg
Fresh cream	1 cup
Red chilli powder	1 tsp
Salt	to taste
Oil	4 tbsp
Fresh coriander, Green Chillies	for garnishing

Method:

- Marinate chicken with cream, yogurt, red chillies and salt overnight.
- Heat oil in a wok; cook chicken on low flame with the lid on for 20 minutes.
- Dish out when oil separates.
- Garnish with coriander and green chillies; serve.

مرغ بوٹی پاستا

اجزاء:

مرغی کی بوٹیاں (بغیر ہڈی)	1/2 کلو
شیل پاستا (اُبلا ہوا)	ایک پیالی
پسا ہوا لہسن ادرک	2 چائے کے چمچے
کٹا ہوا دھنیا	2 چائے کے چمچے
ثابت کالی مرچیں	1/2 چائے کا چمچہ
نمک	حسب ذائقہ
تیل	1/2 پیالی

ساس کے اجزاء:

پیاز (چوپ کی ہوئی)	2 عدد
لہسن (چوپ کئے ہوئے)	3 جوے
ٹماٹر (چوپ کئے ہوئے)	250 گرام
ٹماٹر (پسے ہوئے)	2 کھانے کے چمچے
بھنا ہوا سفید زیرہ	ایک چائے کا چمچہ
پسی ہوئی لال مرچ	2 چائے کے چمچے
پسا ہوا گرم مصالحہ	ایک چائے کا چمچہ
لیموں کا رس	2 چائے کے چمچے
مرغی کی یخنی	ایک پیالی
ادرک (باریک کٹی ہوئی)	2 عدد
تیل	3 کھانے کے چمچے

ترکیب:

فرائنگ پین میں تیل گرم کریں۔ اس میں لہسن ادرک اور مرغی رنگ تبدیل ہونے تک پکائیں' پھر کالی مرچ' دھنیا اور نمک ڈال کر مرغی گلنے تک پکائیں۔ کڑاہی میں تیل گرم کرکے پیاز اور لہسن سنہری ہونے تک پکائیں۔ اس میں ساس کے باقی اجزاء ملا کر ساس گاڑھی ہونے تک پکائیں' پھر مرغی اور پاستا ملا کر ڈش میں نکال لیں۔

Chicken Boti Pasta

Ingredients:

Chicken pieces (boneless)	½ kg
Shell pasta (boiled)	1 cup
Ginger/garlic paste	2 tsp
Coriander seeds (crushed)	2 tsp
Black peppercorns	½ tsp
Salt	to taste
Oil	½ cup

Sauce Ingredients

Onions (chopped)	2
Garlic (chopped)	3 cloves
Tomatoes (chopped)	250 grams
Tomato paste	2 tbsp
Cumin seeds (roasted)	1 tsp
Red chilli powder	2 tsp
Hot spices powder	1 tsp
Lemon juice	2 tsp
Chicken stock	1 cup
Ginger (finely cut)	2
Oil	3 tbsp

Method:

- Heat oil in a frying pan.
- Cook chicken with ginger/garlic till it changes colour.
- Add pepper, coriander and salt; cook till chicken is tender.
- Heat oil in a wok; cook onion and garlic golden; add remaining sauce ingredients and cook till sauce thickens.
- Add chicken and pasta; dish out.

بینوفی پائی

اجزاء:

ڈائجسٹو بسکٹس	250 گرام
مکھن (پگھلا ہوا)	100 گرام
کنڈینسڈ ملک	ایک پیالی
کیلے (قتلے کاٹ لیں)	4 عدد
کریم (پھینٹی ہوئی)	ایک پیالی
چاکلیٹ (کھرچی ہوئی)	سجانے کیلئے

ترکیب:

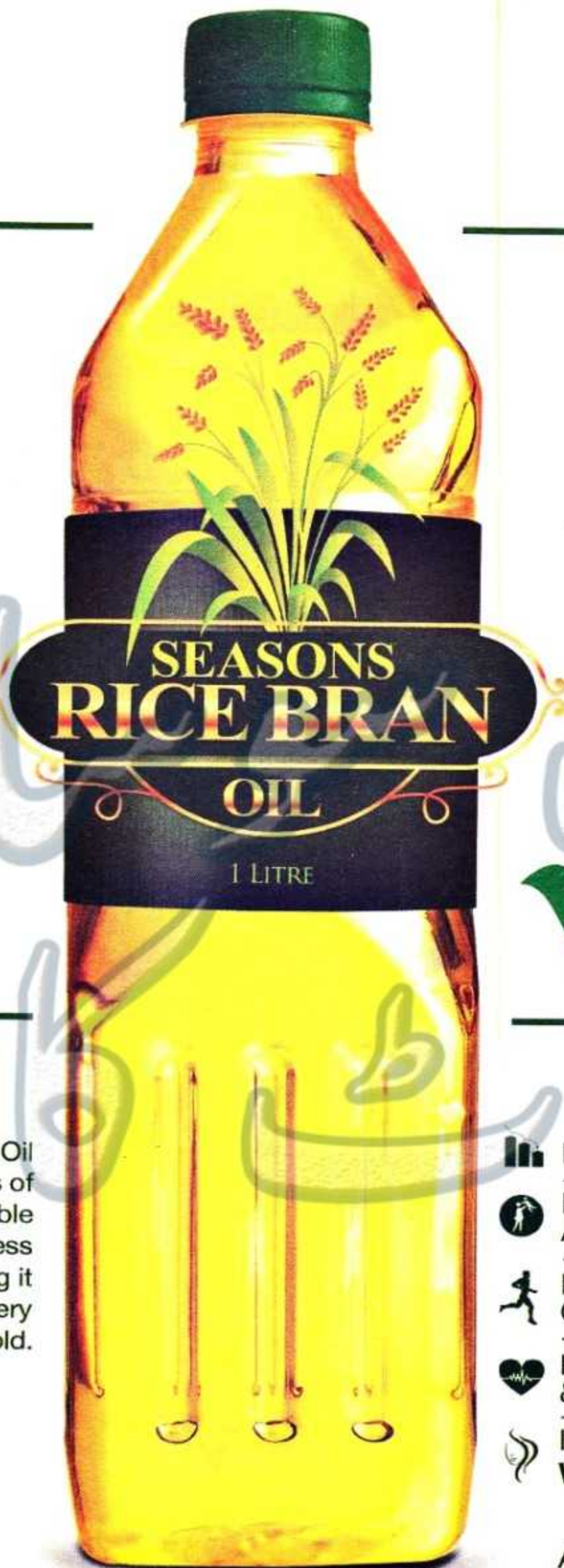
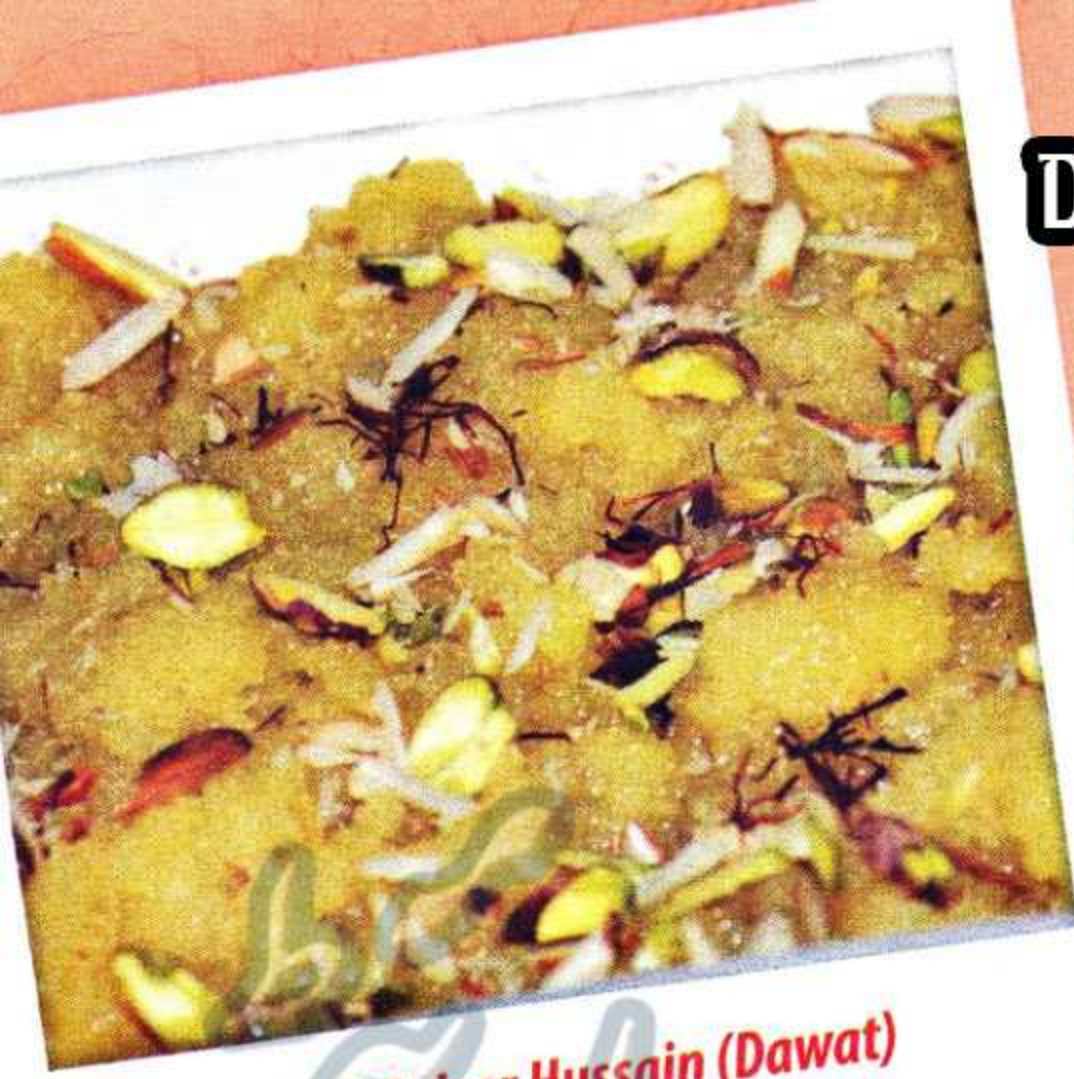
ڈائجسٹو بسکٹس کو چُورہ کر کے اس میں مکھن ملائیں۔اسے اسپرنگ فوم پین میں سیٹ کریں اور ٹھنڈا کرنے کیلئے فرج میں رکھ دیں۔ساس پین میں کنڈینسڈ ملک کو چمچہ چلاتے ہوئے ہلکی آنچ پر ہلکا براؤن رنگ آنے تک پکائیں۔اسے اسپرنگ فوم پین میں پھیلائیں۔اس پر کیلے کی تہہ لگا کر کریم پھیلا دیں۔اسے فرج میں 8 سے 10 گھنٹوں کیلئے رکھ دیں، پھر چاکلیٹ سے سجا کر پیش کریں۔

Banoffee Pie

Ingredients:

Digestive biscuits	250 grams
Butter (melted)	100 grams
Condensed milk	1 cup
Bananas (sliced)	4
Cream (whipped)	1 cup
Chocolate shavings	for garnishing

Method:

- Crush digestive biscuits; mix with melted butter.
- Set in a springform pan; refrigerate and allow to cool.
- Cook condensed milk in a saucepan on low flame till light brown; spread in the springform pan.
- Add a layer of bananas on top, then spread a layer of whipped cream.
- Refrigerate for 8 to 10 hours; garnish with chocolate and serve.

PAKSOCIETY1
PAKSOCIETY

Cheif Gulzar Hussain (Dawat)

بچوں کا مصالحہ

ماؤں کا سب سے بڑا اور اہم مسئلہ بچوں کی پسند و ناپسند کو نظر میں رکھتے ہوئے کھانے کی تیاری ہے۔ اس مسئلے کا حل نکالتے ہوئے ''مصالحہ ٹی وی فوڈ میگ'' نے ''ہم مصالحہ'' کے مختلف شیفس کی بچوں کیلئے پکائے ہوئے کھانوں کی تراکیب کی اشاعت کا اہتمام کیا ہے۔ یقیناً یہ مزیدار تراکیب نہ صرف بچوں کو پسند آئیں گی بلکہ ماؤں کے مسئلے کا حل بھی ہوں گی۔ اگر آپ کو بھی اپنے بچے کی پسند کے مطابق کوئی خاص ترکیب درکار ہے تو اپنی فرمائش ہمارے ای میل ایڈریس پر لکھ بھیجیں۔

Egg Halwa

Ingredients:

Bread	6 slices
Eggs (beaten)	8
Sugar	1 cup
Milk (fresh)	250 grams
Saffron essence	a few drops
Saffron	1 pinch
Clarified butter	1 cup
Almonds, Pistachios (finely cut)	for garnishing

Method:

- Trim the edges of bread slices; cut them into small pieces.
- Cook milk, sugar, eggs and bread in a wok till dry.
- Add clarified butter and essence; fry till clarified butter separates.
- Add saffron; dish out.
- Garnish with almonds and pistachios; serve.

انڈوں کا حلوہ

اجزاء:

ڈبل روٹی	6 سلائس
انڈے (پھینٹے ہوئے)	8 عدد
چینی	ایک پیالی
تازہ دودھ	250 گرام
زاعفران کا ایسنس	چند قطرے
زاعفران	ایک چٹکی
گھی	ایک پیالی
بادام، پستے (باریک کٹے ہوئے)	سجانے کیلئے

ترکیب:

ڈبل روٹی کے کنارے علیحدہ کر کے چھوٹے ٹکڑے کاٹ لیں۔ کڑاہی میں دودھ، چینی، انڈے اور ڈبل روٹی ملا کر ہلکی آنچ پر آمیزہ خشک ہونے تک پکائیں۔ اس میں گھی اور ایسنس ڈال کر بھونتے ہوئے گھی علیحدہ ہونے تک پکائیں، پھر زاعفران ملا کر ڈش میں نکال لیں۔ مزیدار حلوہ بادام اور پستے سے سجا کر پیش کریں۔

شہر شہر کی خبریں

ملک بھر میں ہونے والی نمایاں تقریبات کی خبروں اور تصاویر پر مبنی سلسلہ

آرٹس کونسل کراچی میں کوچہ ثقافت کا دوبارہ آغاز

آرٹس کونسل کراچی میں ایک بار پھر کوچہ ثقافت سجالیا گیا۔ گزشتہ دنوں گورنر سندھ ڈاکٹر عشرت العباد خان نے اس کا باقاعدہ افتتاح کیا جس میں کمشنر کراچی آصف حیدر شاہ، صدر آرٹس کونسل پروفیسر اعجاز احمد فاروقی، سیکریٹری آرٹس کونسل ڈاکٹر ہما میر، محمد احمد شاہ، امجد بخاری، کاشف گرامی، اقبال لطیف، حسینہ معین، ڈاکٹر فوزیہ خان، ڈاکٹر قیصر سجاد، منور سعید، طلعت حسین، راشد عالم، قدسیہ اکبر و دیگر بھی موجود تھے۔ اس موقع پر گورنر سندھ نے کوچہ ثقافت میں لگے مختلف اسٹالز کا دورہ کیا جس میں مصوری، کتابوں کے اسٹالز، فن پارے، ملبوسات، دستکاری، مٹی کے برتن، سجاوٹ کی اشیاء اور کھانے پینے سمیت دیگر کئی طرح کے اسٹالز شامل تھے۔ افتتاح کے موقع پر موسیقی، علاقائی رقص اور مشاعرے کا بھی اہتمام کیا گیا۔ کوچہ ثقافت کا یہ میلہ ہر اتوار کو نہایت اہتمام سے سجایا جارہا ہے۔

گرینڈ ٹرکش فیسٹول کا انعقاد

ترکی اور پاکستان کے مابین خوشگوار تعلق کے مظہر کے طور پر ٹرکش ایئر لائنز کی جانب سے گزشتہ دنوں پورٹ گرینڈ کراچی میں سہ روزہ گرینڈ ٹرکش فیسٹول کا انعقاد عمل میں آیا جس میں کراچی کی عوام نے بھرپور حصہ لیا۔ تین روز تک پورٹ گرینڈ آنے والوں کو ترکی کی ثقافت کو قریب سے دیکھنے کا موقع میسر آیا۔ اس موقع پر کھانے پینے کے بے شمار اسٹالز لگائے گئے تھے جبکہ نہ صرف ترکی بلکہ پاکستانی صنعت کاروں کی جانب سے لگائے گئے اسٹالوں پر شرکاء کو خریداری کے بہترین موقع میسر آئے۔

پونڈز میریکل جرنی گالا کا انعقاد

پونڈز میریکل جرنی گالا کی شاندار تقریب تاریخی اہمیت کے حامل موہاٹہ پیلس میں دوسرے پونڈز میریکل جرنی گالا کی شاندار تقریب منعقد کی گئی۔ حسب سابق اس تقریب میں بھی اپنے اپنے شعبے میں انتہائی محنت سے نمایاں مقام حاصل کرنے والی 100 خواتین کی صلاحیتوں اور خدمات کے اعتراف میں ایوارڈز دیئے گئے۔ ہم نیٹ ورک کا اعزاز ہے ایم ڈی پروڈکشنز کی روح رواں مومنہ دُرید جو گزشتہ سفر میں پونڈز میریکل ویمن منتخب ہوئیں اس بار مینٹور تھیں اور انہوں نے مختلف شعبوں کی 10 خواتین کو بحیثیت پونڈز میریکل ویمن منتخب کیا' علاوہ ازیں ہم مصالحہ کی مشہور و معروف شیف زارنک سدھوا کو ان کی محنت' صلاحیت اور خدمات کے اعتراف میں پونڈز میریکل ویمن منتخب کیا گیا۔

کراچی ایٹ فیسٹول کا ہنگامہ

گزشتہ دنوں فریئر ہال کے تاریخی لان میں سہ روزہ ''کراچی ایٹ فیسٹیول 2016'' کا انعقاد عمل میں آیا۔ جس میں عوام کو انواع و اقسام کے کھانوں سے لطف اندوز ہونے کا موقع میسر آیا۔ اس فیسٹیول میں 100 کے قریب مختلف اسٹالز لگائے گئے اور براہ راست کھانے پکانے کا مظاہرہ بھی عمل میں آیا۔ میلے کے دوران ڈین مارک کے مشہور سینڈوچز' ترکی کے خاص کوفتے اور کوئلوں پر پکے دیسی کھانوں' چائے کے روایتی ڈھابوں' میٹھے' کیک اور پیسٹریوں کی بڑی اقسام' کھانے کے حوالے سے کئی نامور برانڈز اور ریستورانوں کے اسٹالز حاضرین کی توجہ کا مرکز رہے۔

ہنگرز پیک کا شاندار افتتاح

ہنگرز پیک کے روح رواں سید عامر علی اور کاشف حسین کی جانب سے کھانے کے شائقین کو بہترین کھانے آزمانے کا موقع دیا جا رہا ہے۔ گزشتہ دنوں صبا ایونیو بدر کمرشل اسٹریٹ پر فاسٹ فوڈ ریستوران ہنگر پیک کا شاندار افتتاح عمل میں آیا جس میں معمر رانا' شازیہ ناز' صائم علی' نوشین شاہ اور ژالے سرحدی سمیت بڑی تعداد میں عمائدین شہر موجود تھے۔ ہنگرز پیک کے مہمانوں کو ریستوران کے مزیدار برگرز' بیکڈ پٹاٹو' مزیدار میٹھے' شیک اور مشروبات پیش کئے گئے۔

کوفتے' تاریخ کے آئینے میں

کوفتوں کی بے شمار اقسام ہیں' ہر ایک کی اپنی منفرد ثقافت اور تیار کرنے کی مخصوص تکنیک ہے

جب بھی کبھی ذکر آتا ہے کوفتوں کا' منہ میں پانی بھر آتا ہے۔ کوفتے ہمارے لئے کوئی نیا پکوان نہیں لیکن کھانے میں ہر بار نیا لطف دے جاتے ہیں۔ کوفتے ایسی غذا ہیں جو خطے کے اعتبار سے ذائقے اور ساخت میں تھوڑے بہت فرق کے ساتھ ملتی ہیں۔ کوفتوں کی سب سے دلچسپ بات یہ ہے کہ یہ ہر طرح کے گوشت کے علاوہ سبزیوں سے بھی تیار کئے جاتے ہیں اور مزے لے کر کھائے جاتے ہیں۔

لفظ کوفتہ پارسی کا فتہ کا ماخذ ہے' پارسی میں کوفتن کا مطلب ''پیسنا'' ہوتا ہے۔ کھانے پکانے کی معروف کتاب ''یروشلم'' کے مطابق ''کوفتوں کی بے شمار اقسام ہیں' ہر ایک کی اپنی منفرد ثقافت اور تیار کرنے کی مخصوص تکنیک ہے' بیشتر ثقافتوں میں کباب اور کوفتے کے درمیان فرق کسی باہر سے آنے والے کو الجھن میں ڈالنے کا باعث بن سکتا ہے۔''

کباب کی طرح برصغیر میں کوفتوں کی آمد کا سہرا بھی گیارہویں ویں صدی کے ترک افغان فاتحین کے سر ہی جاتا ہے۔ تاریخ دانوں کے مطابق ترک کباب مقامی خطے میں خوشبودار سالن کے ساتھ تیار کئے جاتے تھے جسے کوفتوں کی ہی ایک شکل سمجھا جاسکتا ہے۔ کوفتے مختلف تبدیلیوں کے بعد اس سرزمین کا مخصوص پکوان بن گئے۔ مقامی افراد نے اس کی تیاری کیلئے اپنے ذائقے کے مطابق مصالحوں کو اختیار کیا' جبکہ مختلف لوگوں نے اپنے اپنے حساب اور مقامی علاقے کی مذہبی روایات کے مطابق سے گوشت یا سبزیوں کا استعمال شروع کیا' چنانچہ سبزیوں کے کوفتوں کی مثال بھی یہاں ملتی ہے۔ گزرتے ہوئے وقت کے ساتھ یہ مزیدار ڈش برصغیر کے پکوانوں میں سب سے زیادہ نمایاں ہوگئی۔ آج ساؤتھ ایشیاء اور مشرق بشمول پاکستان' افغانستان' ازبکستان' عرب' ارمانیا' بلخان' بنگلہ دیش' انڈیا' عراق' فلسطین' ایران' اسرائیل' جارڈن' کوردیش' مراکو' رومانیہ' لبنان اور ترکی سمیت دنیا کے ہر خطے میں کوفتے نہایت ذوق وشوق سے کھائے جاتے ہیں۔

ایک تجزیے کے مطابق جنوبی افریقہ' بحیرہ روم' وسطی یورپ' ایشیاء اور انڈیا میں کئی سو طرح کے کوفتے مروج ہیں۔ صرف ترکی ہی میں 291 طرح کے مختلف کوفتے پکائے جاتے ہیں۔ عربیوں میں کوفتے نہایت پسند کئے جاتے ہیں' تاہم وہاں اس کی شکل گول کے بجائے لمبوتری ہوتی ہے۔

ٹیلیگراف میں شائع ہونے والے ایک آرٹیکل ''پوٹیڈ ہسٹریز' اسکاچ ایگز'' میں لیہہ ہیسلوپ لکھتی ہیں' ''یہ پکوان ممکنہ طور پر کھچوری (انڈوں اور چاولوں کی ایک ڈش) اور مسور کے سوپ کی طرح ہندوستان پر برطانوی راج کے دوران دوسرے علاقوں تک پہنچا۔ ہندوستانی پکوان نرگسی کوفتے بھی اس سے ملتی جلتی ڈش ہے۔''

کھانوں کے معروف نقاد اور تاریخ دان پشپش پینٹ ٹائمز آف انڈیا میں اپنے مضمون ''کوفتے' گریٹ بالز آف فائر'' میں لکھتے ہیں ''یہاں خاص مواقعوں پر نرگسی کوفتے تیار کئے جاتے ہیں' جس کا نام نرگس نامی پھول پر رکھا گیا ہے کیونکہ اس کو تیار کرتے ہوئے درمیان سے آدھا کاٹ دیا جاتا ہے' جس کے بعد اس میں سے انڈے کی زردی جھلک کر اسے پھول جیسی شکل دے دیتی ہے' اسے ترجمہ کر کے برصغیر کے مصالحے دار انڈوں کا نام دینا گستاخی محسوس ہوتی ہے۔'' مولانا رشید الخیری نے آخری مغل شہنشاہ بہادر شاہ ظفر کے دربار کے روزنامچے ''بدظفر'' میں کوفتہ پلاؤ کو بطور پکوان شامل کیا ہے۔

کباب کی طرح سے کوفتہ بھی عام طور سے بھیڑ' بچھیا اور گائے کے گوشت سے تیار کئے جاتے ہیں۔ سیخوں پر تیار کئے جانے والے کباب نان' روٹی' سلاد' پیاز اور رائتے کے ساتھ پیش کئے جاتے ہیں جبکہ کوفتے عام طور پر چولہے پر گاڑھے یا پتلے شوربے میں تیار کئے جاتے ہیں۔ گوشت کو گرم مصالحوں اور سبزیوں کے ساتھ پیس کر چھوٹے یا بڑے کوفتوں کی شکل دے کر سالن میں انتہائی احتیاط کے ساتھ پکایا جاتا ہے۔ سبزی خور کوفتوں کو گوشت کے شوقین افراد کی طرح ہی بناتے ہیں مگر وہ لوکی' کچا کیلا' پنیر' آلو پالک اور دیگر سبزیوں کو استعمال کرتے ہیں۔

قورمے' سالن اور دیگر میں ڈال کر پیش کئے جانے کے باوجود اچھے کوفتوں کی انفرادیت برقرار رہنی چاہئے۔ درحقیقت معاملہ صرف اس کی شکل کا نہیں بلکہ رنگت اور ذائقے کا بھی ہے جیسے کہ دہلی' بھوپال اور حیدرآباد میں دہی سے تیار ہونے والے خوشبودار سالن میں پکائے جانے والے مغلیہ کوفتوں کی محض خوشبو ہی لوگوں کے منہ میں پانی لے آتی ہے۔

اودھ کے چھوئی موئی کوفتے چمچہ لگتے ہی چورہ چورہ ہو جاتے ہیں' اس وقت عقل دنگ رہ جاتی ہے کہ آخر اتنے نازک کوفتے پکائے کیسے گئے ہوں گے؟ اس طرح ایک کشمیری کوفتے ہیں جو گول نہیں بلکہ چھوٹے سے بیج جیسے نظر آتے ہیں۔ کوفتوں کی ایک قسم آلو بخارہ کوفتے ہوتے ہیں جن پر خشک آلو بخاروں کی تہہ چڑھی ہوتی ہے' کچھ باورچی آلو بخاروں کے ساتھ بادام بھی استعمال کرتے ہیں۔ ■

موئے نجف، بالوں کی مضبوطی کا سبب

پتھر اپنا مزاج انسانی جسم میں منتقل کر کے انسانی مزاج پر نفع و نقصان کی صورت میں اپنے اثرات مرتب کرتے ہیں

علامہ اصغر شاہدی

اگر آپ کسی کو ایک شفاف نگینہ پہنے ہوئے دیکھیں تو حیرت نہیں ہوگی لیکن کسی شفاف جوہر میں سیاہ بال نظر آئیں تو استعجابی کیفیت کا طاری ہونا بے جا نہیں ہے۔ یہ جوہر ہے موئے نجف جسے انگریزی میں ہیئر اسٹون (Hair Stone) کہتے ہیں۔ یہ سفید، گہرے ہلکے پیازی رنگ کا قدرتی خوشنما اور شفاف پتھر ہے جسے قدرت نے بالوں کی طرح کی متوازی و غیر متوازی چپلی، روپہلی، سیاہ اور بھوری لکیریں عطا کی ہیں۔ اسے دیکھنے سے ایسا معلوم ہوتا ہے کہ جیسے اس میں بال یا بالوں کا گچھا رکھا ہوا ہو۔ موئے نجف کے متعلق مشہور ہے کہ اس پتھر میں "حضرت علیؓ کے بال یا بالوں کا عکس پایا جاتا ہے۔" اس کے خواص اور اثرات دُرِ نجف سے مشابہ ہیں۔ اس کا استعمال پروردگار کی طرف رُجحان کو بڑھاتا ہے۔

جیسا کہ گزشتہ مضامین میں واضح کیا جا چکا ہے کہ کسی پتھر کو پہننے سے قبل اس کے نر اور مادہ ہونے کا تعین کرنا ضروری ہے، موئے نجف پر بھی اس بات کا اطلاق ہوتا ہے۔ یہ معلوم ہونا بھی نہایت اہمیت کا حامل ہے کہ پہننے والے کیلئے کون سا پتھر بہتر ہے اور اسے پہننے کیلئے کون سی ساعت سعد ہے۔ پتھر پہننے والے کو معلوم ہونا چاہئے کہ کون سا عنصر اس کیلئے مناسب ہے جیسے کہ فیروزہ تانبے، المونیم، فولاد اور فاسفورس کا مرکب ہے۔ اگر صرف تانبے کا چھلا پہننے سے بیماری میں فائدہ ہو سکتا ہے تو سوچئے کہ چار دھاتوں کے مرکب جواہر یا پتھر کو پہننا مختلف امراض اور مزاج کیلئے کس قدر فائدہ مند ہو سکتا ہے۔ انسانی مزاج کی طرح جواہر بھی اپنا اپنا مزاج رکھتے ہیں۔ جب انسان کوئی پتھر پہنتا ہے تو سائنٹیفک شعاعوں کے ذریعے پتھر اپنے مزاج کو انسانی جسم میں منتقل کر دیتا ہے اس طرح سے انسانی مزاج پر اس پتھر کے اثرات نفع و نقصان کی صورت میں مرتب ہوتے ہیں۔

موئے نجف ایک ایسا پتھر ہے جو صحت اور تندرستی کیلئے کارآمد ہے بالخصوص بالوں کو قوت دیتا ہے۔ نفسیاتی امراض میں مبتلا افراد موئے نجف کو بطور لاکٹ استعمال کریں تو تیزی سے روبہ صحت ہو سکتے ہیں۔

آج کل بالوں کا جھڑنا یا گرنا ایک عام بیماری تصور کی جا رہی ہے، اس مسئلے کو جس جوہر کے ذریعے قابو میں کیا جا سکتا ہے وہ موئے نجف اور دُرِ نجف ہیں۔ یہ دونوں پتھر اس بیماری کا مقابلہ کرنے کے حوالے سے معروف ہیں۔ اس پتھر کی نگ، نجفی، بوترابی، اعلیٰ، ایلیا اور بیری وغیرہ وہ اقسام ہیں جو گرتے ہوئے بالوں کی روک تھام کیلئے مشہور ہیں۔

جب بالوں کی جڑیں کمزور ہو جاتی ہیں اور کھال میں بالوں کو گرنے سے روکنے کی صلاحیت کم ہو جاتی ہے تو بال گرنا شروع ہو جاتے ہیں۔ ایسے میں جواہر موئے نجف یا دُرِ نجف کی شعاعیں کھال میں مضبوطی کا باعث بن کر ان کا گرنا روک سکتی ہیں اسی لئے بالوں کے گرنے کی صورت میں موئے نجف پہننے کا مشورہ دیا جاتا ہے، تاہم اسکے ساتھ سورہ بقرہ کی آخری دو آیات کی روزانہ تلاوت اثر کو بڑھانے کا باعث ہو سکتی ہے۔

اٰمَنَ الرَّسُوْلُ بِمَآ اُنْزِلَ اِلَیْهِ مِنْ رَّبِّهٖ وَالْمُؤْمِنُوْنَ ؕ كُلٌّ اٰمَنَ بِاللّٰهِ وَمَلٰٓئِكَتِهٖ وَكُتُبِهٖ وَرُسُلِهٖ ۟ لَا نُفَرِّقُ بَیْنَ اَحَدٍ مِّنْ رُّسُلِهٖ ۟ وَقَالُوْا سَمِعْنَا وَاَطَعْنَا ۗ غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَاِلَیْكَ الْمَصِیْرُ ۝ لَا یُكَلِّفُ اللّٰهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَا ؕ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَیْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ؕ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَاۤ اِنْ نَّسِیْنَاۤ اَوْ اَخْطَاْنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَیْنَاۤ اِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهٗ عَلَی الَّذِیْنَ مِنْ قَبْلِنَا ۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهٖ ۚ وَاعْفُ عَنَّا ٝ وَاغْفِرْ لَنَا ٝ وَارْحَمْنَا ٝ اَنْتَ مَوْلٰىنَا فَانْصُرْنَا عَلَی الْقَوْمِ الْكٰفِرِیْنَ ۝

بالوں کے گرنے کے عمل میں موئے نجف پہننے کیساتھ انجیر کا استعمال بھی ضروری ہے تاکہ دعا اور دوا دونوں شامل ہو جائیں۔ حدیث میں ہے کہ انار کے دانوں کو بیجوں سمیت کھانے سے معدہ ہو جاتا ہے اور اور بال تیزی بڑھتے ہیں۔ ■

اگر آپ اپنے لئے موافق پتھر کے حوالے سے معلومات حاصل کرنا چاہتے ہیں، آپ کے ساتھ کوئی مسئلہ ہو یا کسی بھی قسم کی معلومات درکار ہوں تو فوری رابطہ کریں۔

shazia.anwar@hum.tv

روحانی مسیحا

معروف روحانی اسکالر ایس-این-قادری

ستاروں کی گردش ہو یا حاسدوں کی بندش

آپ کے مسائل کا قرآنی، اسلامی اور روحانی حل پیش کرتے ہیں

استخارے کا کوئی حدیہ نہیں ہے آپکے نام اور مسائل صیغہ راز میں رکھے جاتے ہیں مکمل اعتماد اور بھروسے کے ساتھ رجوع کریں۔

ساجدہ نقوی (منڈی بہاؤالدین)

قادری صاحب میں کافی سالوں سے اپنی منجلی بیٹی کے رشتے کیلئے پریشان تھی رشتے آتے تھے بات چیت چلتی تھی مگر رشتہ طے نہیں ہوتا تھا بیچ میں ہی خاموشی ہو جاتی تھی۔
آپ سے لوح نکاح لیکر وظیفہ پڑھا ابھی وظیفہ پورا بھی نہیں ہوا تھا کہ میری بیٹی کا رشتہ طے ہو گیا اور بات پکی بھی ہو گئی آپکے کہنے کے مطابق وظیفہ میں نے اب پورا کر لیا ہے مگر لوح نکاح کا اب کیا کروں۔

جواب۔ اللہ خوش رکھے! بہن لوح نکاح کو اب ٹھنڈا کرا دیں اور تین مسکینوں کو ایک ٹائم کا پیٹ بھر کر کھانا کھلا دیں۔

نفیسہ خاتون (راولپنڈی)

قادری صاحب! میری شادی کو 8 سال ہو چکے ہیں میری 2 بیٹیاں اور ایک بیٹا ہے شادی سے لیکر آج تک میں نے ایک دن بھی سکون کا نہیں دیکھا تھا شراب بھی پیتے تھے اور مجھ سے لڑائی جھگڑا اور گالی گلوچ بھی بہت زیادہ کرتے تھے ای کے گھر بھی نہیں جانے دیتے تھے بہت شکی مزاج تھے میں اُن کے اس رویے سے بہت زیادہ پریشان تھی بچے بھی سہمے سہمے رہتے تھے۔
کسی نے آپکا نمبر دیا تو آپ سے سارا مسئلہ بیان کیا تو آپ نے مجھے لوح قدوس اور وظیفے پڑھنے کو دیا وظیفہ مکمل ہو گیا ہے اور آپکی دُعا سے میرے شوہر کا رویہ میرے اور بچوں کے ساتھ بہت اچھا ہو گیا ہے یہ سب آپ کی کرامت ہے میں آپکی بے حد شکر گزار ہوں اللہ آپکو لمبی عمر عطا فرمائے۔ قادری صاحب کیا میں اس وظیفے کو جاری رکھ سکتی ہوں۔

جواب۔ جیتی رہو! بیٹی اس میں میری کوئی کرامت نہیں ہے یہ سب اللہ کے کلام کا اثر ہے کہ آپ کے شوہر، بیوی، بچوں کی طرف مائل ہو گئے آپ اس وظیفے کی صرف ایک تسبیح روزانہ کسی بھی فرض نماز کے بعد پڑھ لیا کریں اللہ مزید بہتری فرمائے گا۔

ایلیا (کراچی)

انکل! میں آپکی بے حد ممنون اور شکر گزار ہوں آپکی لوح نکاح سے میرا بہت ہی مشکل مسئلہ حل ہو گیا ہے ہم دونوں پچھلے سات سال سے ایک دوسرے کو پسند کرتے تھے مگر ہم دونوں کے گھر والے ہماری شادی کرنے پر رضامند نہیں تھے ہم نے سب جتن کر کے دیکھ لئے تھے پیروں، فقیروں، عاملوں سے بھی رابطہ کیا انہوں نے جیسا کہا ویسا کیا مگر کہیں سے بھی مسئلہ حل نہیں ہوا آپکے بارے میں مصالحہ میگزین میں پڑھا آپکو Call کر کے مسئلہ بیان کیا تو آپ نے چند ھدایات کیساتھ لوح نکاح اور وظیفہ پڑھنے کو دیا میں نے آپکی ھدایات پر مکمل عمل کرتے ہوئے آپکا وظیفہ پڑھا آپکی دُعا سے انکل پچھلے مہینے ہم دونوں کے گھر والوں کی رضامندی سے ہماری شادی ہو گئی ہے ہم بہت خوش ہیں انکل آپ نے ہمارا اتنا بڑا مسئلہ حل کر دیا اللہ تعالیٰ آپ کو ہمیشہ سلامت رکھے! مزید کچھ کرنا ہے تو راہنمائی فرما دیں۔

جواب۔ جیتی رہو! اللہ تعالیٰ آپکو ڈھیروں خوشیاں دیکھنی نصیب فرمائے شاد و آباد رہو۔ اللہ پاک کے حضور دو نفل شکرانے کے ضرور ادا کر لینا اور لوح کو ٹھنڈا کرا دو۔

پروین اختر! (کوئٹہ)

قادری صاحب! میری شادی کو چار سال ہو چکے مگر میں اولاد سے محروم تھی ہر قسم کا ایلوپیتھی، ہومیوپیتھی، حکیمی علاج کروا کے دیکھ لیا پیروں، فقیروں سے بھی رجوع کیا مگر سب بے سود رہا آپکے بارے میں میگزین میں پڑھا تو آپ سے آپکے موبائل پر رابطہ کر کے ساری بات آپ کو بتائی تو آپ نے حساب کتاب نکال کر بتایا کہ کسی نے اولاد کی بندش کروائی ہوئی ہے پھر اس بندش کو ختم کرنے کیلئے آپ نے لوح مریم تیار کر کے دی اور وظیفہ بھی پڑھنے کا دیا وظیفہ پڑھنے کے دوران ہی آپکی دُعا سے میں اُمید سے ہو گئی تھی اور 9 مہینے تک مکمل آپ سے رابطہ میں رہ کر آپکی ھدایت کیمطابق عمل کرتی رہی اور آج میں ایک خوبصورت بیٹے کی ماں بن چکی ہوں اللہ تعالیٰ نے مجھے ایک خوبصورت بیٹے سے نوازا ہے قادری صاحب میرے پاس الفاظ نہیں ہیں جن سے میں آپ کا شکریہ ادا کروں۔ میرے اور میرے شوہر کے دل سے اُٹھتے بیٹھتے دن رات آپکے لئے دُعائیں نکلتی ہیں اللہ تعالیٰ آپکو اور آپکی فیملی کو ہر آفت و بلا سے محفوظ رکھے۔

جواب۔ جیتی رہو! بیٹی آپکو بیٹا مبارک ہو اللہ پاک آپکے بچے کو صحت و تندرستی کیساتھ لمبی عمر عطا فرمائے، نیک و صالح بنائے۔

مریم (میرپور خاص)

قادری انکل! میں نے امتحان میں اچھے نمبروں سے کامیابی اور میڈیکل کالج میں داخلہ ہو جائے ان دونوں کاموں کیلئے آپ سے لوح حبیب منگوا کر وظیفہ پڑھا تھا اور اللہ کا شکر ہے کہ میں نے اچھے نمبروں سے کامیابی حاصل کر لی ہے اور میڈیکل کالج میں میرا داخلہ بھی ہو گیا ہے کیا میں اس لوح کو آگے کے امتحانوں میں کامیابی کیلئے بھی استعمال کر سکتی ہوں۔ راہنمائی فرما دیں۔

جواب۔ جیتی رہو! بیٹی یہ لوح خاص طور پر آپکو میڈیکل کالج میں داخلے کیلئے تیار کر کے دی تھی اور وہ مقصد آپکا پورا ہو چکا اس لئے اس لوح کو آپ اب ٹھنڈا کرا دیں میری دُعا ہے اللہ پاک آپکو مزید امتحانوں میں بھی کامیابی عطا فرمائے۔

عبدالحمید (دبئی)

قادری صاحب! میری بڑی بہن نے پاکستان سے آپکا نمبر دیا تھا BP کا مریض ہوں اور پچھلے پانچ سال سے اس مرض میں مبتلا ہوں میرا بلڈ پریشر بہت زیادہ رہتا تھا سر بھاری بھاری رہتا تھا طبیعت میں چڑچڑاپن اور معمولی معمولی باتوں پر ہر کسی سے لڑ جایا کرتا تھا ایک دم غصے میں آجاتا تھا۔ بہت پریشان رہتا تھا دوائی بھی کھاتا تھا مگر دوائیوں کے سائیڈ ایفیکٹ سے دوسری تکالیف میں بھی مبتلا ہو گیا تھا۔ آپ سے ساری کیفیت بیان کی تو آپ نے ڈاک کے ذریعے مجھے مبارک پتھر یاقوت پڑھائی کر کے بھیجا میں نے آپکی ھدایت کیمطابق انگوٹھی بنوا کر پہن لیا انگوٹھی پہننے سے حیرت انگیز طور پر میرا BP کنٹرول میں آ گیا ہے حالانکہ میں پتھروں پر یقین نہیں رکھتا مگر میری بہن نے بتایا تھا کہ آپ پڑھائی کر کے دیتے ہیں اس لئے میں نے منگوا لیا تھا اور واقعی پتھر کا اثر حیران کن ہے۔

جواب۔ اللہ خوش رکھے! بیٹا جو لوگ پتھروں کے اثر پر یقین نہیں رکھتے ان کو چاہیئے کہ وہ قرآن شریف کی سورہ رحمٰن کا مطالعہ کریں اس سورہ میں اللہ تعالیٰ نے اپنی تمام نعمتوں کا ذکر کیا ہے اور ان نعمتوں میں پتھروں کا بھی ذکر کیا ہے اور یاقوت اور مرجان کا نام لیکر ان کو نعمت قرار دیا ہے۔ (پس تم اپنے رب کی کن کن نعمتوں کو جھٹلاؤ گے)
اللہ کی کوئی بھی نعمت بیکار نہیں ہے اللہ کی تمام نعمتوں سے استفادہ حاصل کریں اللہ پاک آپکو مزید صحت و تندرستی عطا فرمائے۔

ک۔ زینب (لاہور)

قادری صاحب! میں سیکنڈ ایئر کی طالبہ ہوں میرے اندر اعتماد کی بے انتہا کمی ہے اور رات کو بُرے بُرے ڈراؤنے خواب نظر آتے ہیں دن میں بھی میں اکیلی گھر کے اندر نہیں رہ سکتی اور نہ ہی اکیلے کہیں آ جا سکتی ہوں مجھے ڈر لگتا ہے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ کوئی میرے پیچھے موجود ہے اس پریشانی سے چھٹکارا پانے کیلئے جو بھی حل ہے بتا دیں میں آپکی بے حد مشکور ہوں گی۔

جواب۔ جیتی رہو! بیٹی میرے مندرجہ ذیل نمبر پر Call کر کے تفصیلاً اپنی کیفیت اور مسئلہ بیان کرو تا کہ آپکے مسئلے کو صحیح طور پر سمجھ کر اسکا بہتر حل تلاش کیا جائے۔

ایس-این-قادری

رضویہ مارکیٹ، 86، فرسٹ فلور، ناظم آباد چورنگی، کراچی۔ 74600

رابطے کیلئے موبائل: 0336-2297786، 0333-2105914، 0308-2543444

E-mails: qadrihelpline@yahoo.com
qadrihelpline@hotmail.com

E-mail کرتے وقت اپنے شہر کا نام لازمی لکھیں۔

رابطہ کے اوقات صبح 10 سے شام 7 بجے تک۔

مبارک پتھر **Lucky Stone**

روحانی اسکالر ایس۔ این۔ قادری آپ کے کام اور نام کے مطابق آپ کے موافق پتھروں (نگینوں) پر آیات مقدسہ کی پڑھائی کر کے دیتے ہیں۔ اپنے نام اور کام کے مطابق اپنا مبارک پتھر حاصل کریں، انگوٹھی بنوا کر پہنیں، انشاءاللہ آپ کے بگڑے کام سنورتے چلے جائیں گے، دل و دماغ پر خوشگوار اثرات مرتب ہوں گے، صحت و تندرستی حاصل ہوگی، لوگوں کے دلوں میں آپ کے لئے نرم گوشہ پیدا ہوگا اور آپ کی عزت و وقار میں اضافہ ہوگا۔

ٹوٹکے

اگر آپ کسی مسئلے سے دوچار ہیں اور زبیدہ آپا سے حل درکار ہے تو اپنا مسئلہ ہمیں لکھ بھیجیں' ہم اپنے اگلے شمارے میں آپ مسئلے کا حل شائع کریں گے۔

پودوں کی تیزی سے افزائش کیلئے

پودے لگانے کے بعد اگر ان کے بڑھنے کی رفتار کم ہو تو پریشانی ہونے لگتی ہے۔ اگر پودوں میں انڈوں کے چھلکے ڈال دیئے جائیں تو پودے نسبتاً تیزی سے بڑھنے لگتے ہیں۔

کارپٹ سے داغ مٹانے کیلئے

اگر کارپٹ پر سالن کا داغ لگ جائے تو فکر کرنے کی ضرورت نہیں۔ داغ پر ٹالکم پاؤڈر چھڑک دیں۔ کچھ گھنٹوں کے بعد داغ پر کوئی کپڑا رکھ کر استری کریں تاکہ پاؤڈر کپڑے سے چپک جائے۔ دھبے والی جگہ پر ڈیٹرجنٹ ڈال کر رگڑیں' اسے گیلے کپڑے سے صاف کریں' پھر خشک تولئے سے پونچھ لیں اور برش کر دیں تاکہ رواں بیٹھ جائے۔ اس کے بعد پنکھا چلا کر کارپٹ کو سوکھنے دیں۔

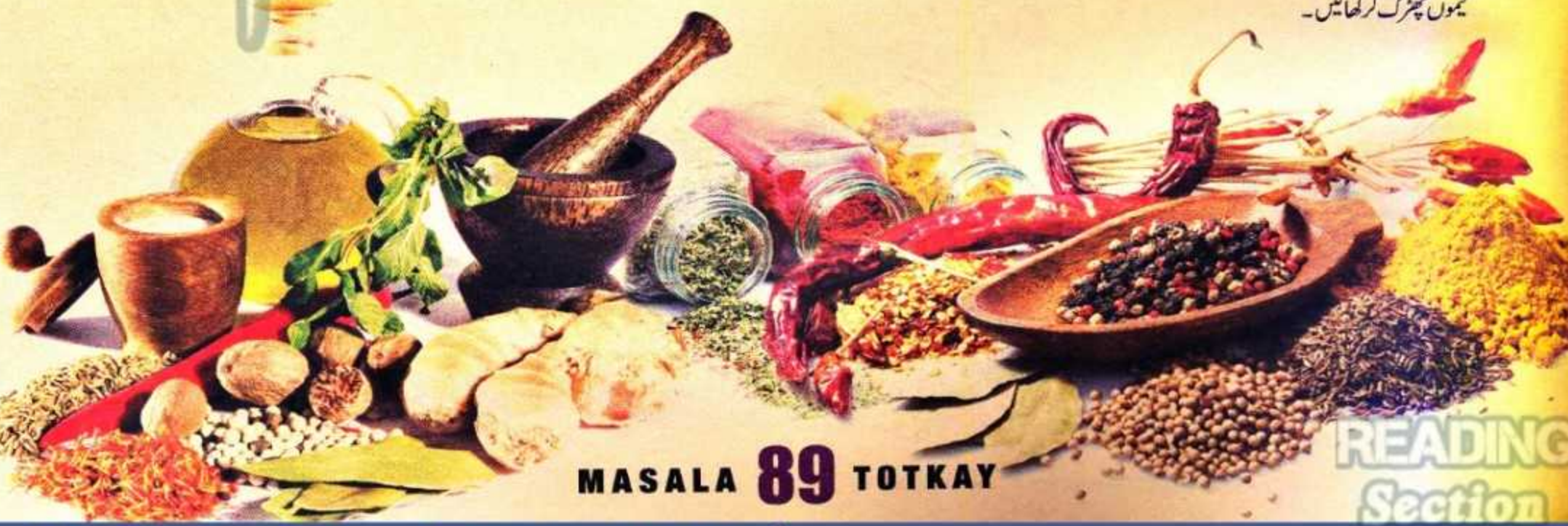
جوتے کے کاٹے سے بچنے کیلئے

نئے جوتے پیروں میں کاٹتے ہیں اور بسا اوقات پیروں میں چھالے بھی پڑ جاتے ہیں۔ ایسے میں فلالین کے کپڑے کو نیم گرم پانی میں بھگو کر جوتے میں رکھیں اور جوتے کو الماری میں رکھ دیں۔ 24 گھنٹوں کے بعد کپڑا نکالیں' پیروں میں پیٹرولیم جیلی لگائیں اور بے فکر ہو کر جوتے پہن لیں۔

ہاتھوں کی نرم جلد کیلئے

برتنوں کو دھونے کا عمل ہاتھوں کی جلد سخت کرنے کا سبب بنتا ہے۔ برتن دھونے کے بعد گیلے ہاتھوں پر ہی لیموں کا رس اور پیٹرولیم جیلی لگائیں' مسلسل یہ طریقہ اختیار کرنے سے ہاتھ کی جلد نرم و ملائم رہے گی۔

ذہنی دباؤ دور کرنے کیلئے

دور حاضر میں ہر دوسرا شخص کسی نہ کسی وجہ سے ذہنی دباؤ کا شکار ہے۔ اس صورتحال سے نجات حاصل کرنے کیلئے صبح سویرے پالک کے ایک پتے کو کاٹ کر اسٹیم کریں' اس پر کالی مرچ اور لیموں چھڑک کر کھالیں۔

اگر آپ مصالحہ ٹی وی فوڈ میگ یا ہم نیٹ ورک کی دیگر مطبوعات خریدنے کے خواہاں ہیں اور آپ کو قریبی بک اسٹال پر ہماری مطبوعات دستیاب نہیں ہیں تو فکر کی ضرورت نہیں۔ ابھی فون اُٹھائیں اور مصالحہ کے ڈسٹری بیوٹر سے 0333-2168390 پر یا ہم نیٹ ورک کے یواے این نمبر 111-486-111, Ext: 282 & 299 پر رابطہ کریں۔

MASALA TV FOOD MAG

RECIPES IN ENGLISH & URDU

''مصالحہ ٹی وی فوڈ میگ''
کے سالانہ خریداروں کیلئے
خوشخبری
~~1850~~ روپے کی سالانہ خریداری
شاندار بچت کے ساتھ
صرف 1500 روپے میں

وصول کرنے والے کا نام

نام ________

پتہ ________

شہر ________

ملک ________

فون نمبر (دفتر / رہائش) ________

ای میل ________

اگر ملازمت پیشہ ہیں تو ادارے کا نام ________

از راہ کرم درج بالا معلومات فراہم کریں تاکہ آپ کو بہترین خدمات فراہم کی جاسکیں

ادائیگی کیلئے:

1. بینک ٹرانسفر (بشمول بینک اخراجات) ________
2. چیک/ڈرافٹ ________
3. پے آرڈر ________

بنام ہم نیٹ ورک لمیٹڈ
اکاؤنٹ نمبر 00140290024 3 بینک الفلاح ڈیفنس برانچ، کراچی پاکستان

فارم مکمل کر کے درج پتے پر روانہ کریں
ایڈیٹر 'مصالحہ ٹی وی فوڈ میگ'
10/11 حسن علی اسٹریٹ بالمقابل آئی آئی چندریگر روڈ، کراچی پاکستان
(آرڈر کی تکمیل کیلئے کم از کم 15 دن کا وقت درکار ہے)